

“ વેદકલ્પતરુ ” માસિકની રૂપમાં વર્ષની ભેટ.

## રસપિંડ ચિકિત્સા.

જીવનરસાયન પ્રવાહી, તે તૈયાર કરનાર રસગ્રંથીઓ  
અને રસપિંડો, તેની વધઘટ અને ખગડવાનાં કારણો,  
લક્ષણો, નિદાન અને ચિકિત્સા.

**Internal Secretions, their functions,  
diseased condition, causes, Symptoms,  
Diagnosis and Treatments.**

---

કિંમત એક રૂપીઆ.

# ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ ગાંધી કોર્પોરેશન વિભાગ ]

અનુક્રમાંક ૧૪૯૯-૯ વર્ગીક

પુસ્તકનું નામ રસપિંડ ચિકિત્સા

વિગ્રહ રૂ : ૩૦ રૂપિય

“વૈદ્યકકથપત્ર” માસિકની ૪૫મા વર્ષની ભેટ.

## રસપિંડ ચિકિત્સા.

જીવનરસાયન પ્રવાહી, તે તૈયાર કરનાર રસગ્રંથીઓ  
અને રસપિંડો, તેની વ્યવસ્થા અને બગાડનાં કારણો,  
લક્ષણો, નિદાન અને ચિકિત્સા.

Internal Secretions, their functions,  
diseased condition, causes, Symptoms,  
Diagnosis and Treatments.

લેખક :

ડૉક્ટર દયારાંકર બારીરાંકર રાવળ,  
એલ. સી. પી. એન્ડ એસ.

ડોકાથું :—નવી સડક, હોમોપાથ (વડોદરા સ્ટેટ).

પ્રકાશક :

વૈદ્ય રવિરાંકર જટારાંકર ત્રિવેદી,

તાંત્રી :—“વૈદ્યકકથપત્ર” નં. ૭૪-રીયારોડ, અમદાવાદ.

સંવત ૧૯૮૬.

પ્રથમાવૃત્તિ.

સને ૧૯૩૭.

પ્રત ૧૧૦૦.

કિંમત એક રૂપીઆ.

ગુજરાત વિધાપીઠ ગ્રંથાલય  
અમદાવાદ  
ગુજરાતી ઓપીરાઈટ-સંગ્રહ

---

અમદાવાદ—“ ધી ડાયમંડ ન્યુનિસિ ” પ્રિન્ટીંગ પ્રેસમાં  
પરીખ દેવીદાસ હગનલાલે છાપી.

---





डॉक्टर पोपट प्रभुराम प्राणाचार्य.

L. M. & S., J. P.

# અર્પણ પત્રિકા.

પ્રાણાચાર્ય ડૉક્ટર પોપટ પ્રભુરામ

જે. પી., એલ. એમ. એન્ડ એસ.

મુંબાઇ.

આપની આયુર્વેદની અનેકવિધ સેવા સુપ્રસિદ્ધ છે, આયુર્વેદની સેવા એ આપે પરંપરા બનાવી છે અને તેની પ્રગતિ માટે “આરોગ્ય” માસિક, પ્રભુરામ આયુર્વેદ કૉલેજ અને હમણાં હમણાં આયુર્વેદ યુનિવર્સિટી સ્થાપીને આપે જે મહદ્દેસેવા બજાવી છે અને સાથે સાથે એલોપથીની ડીગ્રી મેળવી પૂર્વ અને પશ્ચિમની વૈદ્યક-વિદ્યાની એકવાક્યતા સાધી છે તથા આયુર્વેદના ગૌરવ અને માનખાતર મુંબાઇની મેડીકલ કાઉન્સિલ સામે ઝુંબેસ ઉઠાવી જશ્ન મેળવ્યો છે તેમજ રાજદરબાર તથા જનસમાજમાં આપ જે માન ધરાવો છો તે પ્રત્યેની લાગણીથી પ્રેરાઇને આપને આ લઘુપુસ્તક સપ્રેમ અર્પણ કરી મને પોતાને યત્કિંચિત્ કૃતકૃત્ય ગણું છું. આપે આ પુસ્તક વાંચીને અને માનનીય ડૉ. ધ્રુવને વંચાવીને તેમની પાસે પ્રસ્તાવના લખાવી મારા ઉપર ખાસ આભાર કર્યો છે અને મારા “વૈદ્યકદેપતરૂ” માસિક માટે આ ભેટનું પુસ્તક લખી આપનાર ડૉ. દયા-શંકરભાઈના પ્રયાસને આપે અને ડૉ. ધ્રુવે વધાવી લઈ આ ભેટની પસંદગીમાં મારો સાથ પૂરી મને આભારી કર્યો છે.

લી. કૃપાબિલાપી,

વૈદ્ય રવિશંકર જટાંશંકર ત્રિવેદી.

## પ્રકાશકનું નિવેદન.

“વૈદ્યકલ્પતરૂ” ની ૧૯૩૦ ની રસપિંડ ચિકિત્સા નામની આ બેટ અનોખીજ ભાત પાડે છે. પંચમહાભૂતોનાં તત્વોનું અનેકું મનુષ્ય શરીર અમૂક સજીવ તત્વના સાત્ત્વ (સહકાર) ઉપર નભે છે અને વધે છે. આ તત્વને જીવનરસાયન તત્વ એવું નામ આપવામાં આવ્યું છે. તેની રચના અને ક્રિયા ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રનો વિષય છે. આ વિષય વેદો કે દાકતરો વૈદ્યકના અભ્યાસમાં પડ્યા હોય છે ત્યારે તેમાં તેઓ પારાંગન થતા નથી પણ ધંધામાં પડ્યા પછી જેમ જેમ જરૂર પડે છે તેમ તેમ તેથી વાકેફ થવું પડે છે. દેશી વેદોમાં વાત, પિત્ત અને કફને પ્રાધાન્ય અપાય છે તેવુંજ પ્રાધાન્ય અંગ્રેજી વેદોમાં તેને મળતાં હોરમોન્સ, એનઝાઇમ્સ અને જીવનરસાયન તત્વો ઉત્પન્ન કરનારી ગ્રંથીઓને અપાયું છે. આવી બાબતો સમજી તો શકાય છે પણ સમજાવી શકાતી નથી એ તેનું રહસ્ય છે. દાકતર જ્વાલશંકર જાઈશંકર રાવળ એક ઉત્સાહી ધંધાદારી છે અને તેમણે ધાત્રાત્ય અને પૌર્વાત્ય વેદોમાં સારો પ્રવેશ કર્યો છે. પોતાના મનનું સમાધાન કરવા તેમણે જીવનરસાયન તત્વ એટલે રસપિંડ ચિકિત્સામાં ઉડા ઉતરી પચાસેક ગ્રંથોનું મનન કરી તેનો નીચોડ (સાર) આપણને પીરસવા માટે જે શ્રમ લીધો છે તે જરૂર ધન્યવાદને પાત્ર છે. તેમણે કાંઈ બદલો લીધા વગર સેવાભાવે આ પુસ્તક લખી આપી આખા વૈદ્ય સમાજ ઉપર અને ખાસ કરીને અમારા ઉપર ઉપકાર કર્યો છે.

અમદાવાદ.  
તા. ૨૦-૧૨-૨૬

} વૈદ્ય રવિશંકર જટાશંકર ત્રિવેદી.

## પ્રસ્તાવના.

ગુજરાતી ભાષાની સમૃદ્ધિ એ પ્રકારે વધવાનો સંભવ છે. એક તો ગુજરાતની અંદર સમર્થ ટીકાકારો, ચિંતકો, કવિઓ, નવલકથાકારો, વિગેરે પ્રકટી નીકળે અને તેથી સ્વતંત્ર સાહિત્ય પૂરું પાડે—જે સાહિત્ય બીજી ભાષાઓમાં વંચાવા માટે યોગ્ય મળવામાં આવે. આ સમૃદ્ધિ અહુજ સ્પૃહાજીય છે અને માતૃ ભાષાની સંવાનો એ જખરદસ્ત રસ્તો છે.

બીજી ભાષામાંથી નવું, વાસ્તવિક, સુંદર, લાભપ્રદ સાહિત્ય ઉંચકી લઈ તે ગુજરાતીઓ આગળ મૂકવું એ બીજી પંક્તિની સેવા છે અને તેથી આપણા અજ્ઞાન જનસમૂહને જગત્ની અંદર બીજી પ્રજાઓ શું કરી રહી છે, બીજી પ્રજાના કેવા પ્રયત્નો છે. જુદી જુદી દિશાઓમાં તેઓ કયાં સૂધી લાંબું જોઈ, વિચારી કે ચાલી અગર તો દોડી શકે છે તેનો ખ્યાલ આપણી સંકુચિત મનોદશાવાળા આત્મમમે આપવો એ આકાંક્ષા સિદ્ધ થાય છે.

એ ખરું છે કે આવી રીતિયે વિચારોની આપણે એક બીજી પ્રજામાં કરી શકાય છે અને એકજ ભાષાની અંદર દરેક પ્રકારનો ખોરાક, વિવિધ પ્રકારની વાનીયો, મનને અમે તેવો પ્રસાદ ભૂખ્યો વાચક મેળવી શકે છે. ગુજર ભાષાને આવી રીતિયે સંપૂર્ણ કરવાનો દરેક પ્રયત્ન વધાવી લેવો જોઈએ અને તેવો એક પ્રયત્ન કરનાર ડૉ. દયાશંકર રાવળને અમે અભિનંદન આપીએ છીએ.

ડૉ. રાવળનો વિષય વૈદ્યકીય છે અને તેથી વૈદ્યકસાહિત્યમાં આ ગ્રંથ એક મ્હોટી ખોટ પૂરી પાડે છે એમ કહેવામાં બાધ નથી. આપણું સંસ્કૃત વૈદ્યક શાસ્ત્ર અહુજ જીર્ણ છે—તેના સિદ્ધાન્તો જો કે અહુજ ગંભીર છે પરંતુ છેલ્લાં સો વર્ષમાં પાશ્ચાત્ય ભૂમિમાં આ શાસ્ત્ર એટલું બધું વિસ્તારિત દશાને પામેલું છે અને મનુષ્ય વ્યાધિને

સમજવાને એટલીબધી મહેનત તે ભૂમિમાં થઈ છે કે મનુષ્યજીવનમાં થતા શારીરિક ફેરફારો સમજવા માટે તેની મદદ બહુજ ઉપયોગી થઈ પડે તેમ છે. શરીરની અંદર રહેલી કેટલીક પેશીઓ એટલીબધી દેહધારણને માટે જરૂરની લશે એ આપણે માટે નવાઈ સરખું લાગશે. પરંતુ હાડકાંની વૃદ્ધિ, મનુષ્યની અંદર રહેલી ત્વરા શક્તિ, જીરસો, સ્ત્રી અને પુરૂષની બિન્ન પડતી પ્રકૃતિઓ, જ્ઞાનશક્તિ, વિચારશક્તિ, પુરૂષાર્થ કે કલીબપાળું, બીરના કે બ્લાફુરપાળું એ ગુણો આ પેશીમાં રહેલા તત્ત્વોને આભારી છે. એ જ્ઞાન ઇન્દ્રિયજ્ઞાનશાસ્ત્રનું છેલ્લામાં છેલ્લું અને બહુજ તાજું પ્રકરણ છે એ હવે સર્વામાન્ય થઈ પડ્યું છે.

પેશાબમાં સાકર જવાનું દર્દ અમુક તત્ત્વની ગેરહાજરીને લઈને છે અને તે તત્ત્વ ચાલુ આપવાથી એ સાકરમાં નદન થટાડે થઈ જાય છે એ શોધ આ જ્ઞાનની એક અદ્વિતિય વિજયપતાકા છે એ ચોક્કસ માની શકાય. ડૉ. દયાશંકર રાવલે આ જ્ઞાનનો પરિચય આયુર્વેદમાં હતો એમ સ્થાપન કરવાની જે હિન્મત બતાવી છે તેને માટે તેમને શાઆશી આપી શકાય; પરંતુ પ્રત્યક્ષ જ્ઞાન માટે આપણે અર્વાચીન ઇન્દ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓને મસ્તક નમાવવું પડશે એ નિઃસંદેહ છે.

શરીરનું આયુષ્ય વધારવા અને અખંડ યૌવન કાયમ રાખવા બ્રહ્મચર્ય ઉપરાંત જે જીવનતત્ત્વોની વાર્તા ડૉ. રાવલે કહી છે તે સ્તુતિપાત્ર છે. આ બધી શોધો આપણને એમ બતાવી આપે છે કે તાજું દૂધ, તાજું ફળો, તાજી વનસ્પતિઓ અને શુદ્ધ જીવન એ દીર્ઘાયુતા જીવરદસ્ત થાંભલા છે અને તેથી પૂર્વ આયુર્વેદ અને અર્વાચીન વૈદ્યકશાસ્ત્રનું હસ્તમિલન ડૉ. રાવલે આ ગ્રંથથી કરાવવામાં જે શ્રમ લીધેલો છે તે આપણા ગુર્જરવિભાગને માટે અત્યંત સમયોચિત થશે.

જી. દુર્લભ ધ્રુવ.



## વિહંગાવલોકન.

પ્રભુની પ્રભૂતા સકલ જગતમાં દષ્ટિગોચર થાય છે. અખિલ જ્ઞાતાંડમાં તેની લુહિપ્રભાના ચમકારા જળાય છે. ન્યાં ન્યાં નજર ફેરે છે ત્યાં ત્યાં વિભૂવરના ચમત્કારના દૃષ્યો જળાય છે. આકાશના ભીરાની કણિકા જેવા તારલાને પ્રથમ ચક્ષુએ જોવામાં આવે તો કેવો આનંદ પ્રકટે છે ? પ્રભુની સકલ સૃષ્ટિમાં માનવી સર્વથી અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. આ માનવીની કાયામાં રહેલ આત્મા ન્યારે સ્વયંજ્યોત બૂલીને માયામાં ફસાય છે ત્યારે ઉપાધી રૂપ દસ્ય જગતમાં ફેરા ખાય છે. માનવીની ચક્ષુઓ કુદરતી દેખાવો જોઇ જોઇ કેળવાઇ જાય છે ત્યારે તેને પ્રથમના જેવી મોહકતા સૃષ્ટીના પદાર્થમાં જળાતી નથી. સુંદર ખીલેલાં પુષ્પોને પ્રથમ જોતાં જ જે લાગણી થાય તે અનંત વખત જોયા પછી થતી નથી.

આવી વિભૂવરની સૃષ્ટિમાં માનવ શરીર વળી અદ્ભૂત ચમત્કૃતીનો નમૂનો છે. તે શી રીતે જન્મે છે ? તે શી રીતે બાલ્ય, યુવા અને વૃદ્ધા અવસ્થામાં પસાર થઇને મર્ણુ ધર્મને શરણ થાય છે તે જાણવું તે ધણું જ અદ્ભૂત છે; અને તેથીએ વળી વધારે અદ્ભૂત માનવીની અંદર રહેલ અવયવો છે. આ સઘળા અવયવોને જે જીવન રસાયન પ્રવાહી ગતીમાં મૂકે છે અને જે રસપિંડો આ જીવન રસાયન પ્રવાહી બનાવે છે તેનું જ્ઞાન તો વળી વિશેષ અજ્ઞાતમખી ઉત્પન્ન કરનાર છે.

આ રસપિંડના જ્ઞાનનો ખાસ આધાર પાશ્વિમાત્યોના પ્રયોગો ઉપર છે એટલું જ નથી પણ આપણા પૂર્વાચાર્યોએ પણ આ સિદ્ધાંતો પ્રમાણે જ પોતાનો આયુર્વેદ રચ્યો છે. આટલું પ્રથમ જાણવામાં આવતાં જ આશ્ચર્ય ઉદ્ભવશે અને પાશ્વિમાત્યો જે પ્રયોગો કરી રહ્યા છે તે ફક્ત આપણા પૂર્વાચાર્યોના સિદ્ધાંતોનું

પુનરાવર્તન જ કરી રહ્યા છે; આવીજ પ્રણાલી આયુર્વેદ માટે બની છે. આયુર્વેદે પ્રથમ રસપિડનું જ્ઞાન બનાવ્યું અને તેના ઉપરથી યોગજ્ઞાન આગળ શોધખોળ વડે પ્રાપ્ત થયું પરંતુ આપણે તેના પ્રતી બેદરકાર રહેવાથી આ અવનતીની ઘોર ગર્તામાં ગબડી પડેલા છીએ. જેમ કેળવાએલ આંખ ચમત્કાર પામતી નથી તેવી જ રીતે આ યોગના જ્ઞાન તરફ થયું છે અને પરિણામે આ નવા સુધારા પ્રતિ લક્ષ દોરાયું છે. આ પુસ્તીકામાં પાશ્ચિમાત્યોની દૃષ્ટિથી રસ-પિડનું મંપૂર્ણ વર્ણન કરવામા આવશે અને તેના ન્યાં ન્યાં લગતા પ્રયોગો આયુર્વેદમાં હશે ત્યાં ત્યાં તેનું સાત્ત્વ્ય બતાવાશે અને તે ઉપરથી યોગના પ્રયોગો કેટલા અંધએસતા છે તે પણ જણાવાશે. આવા નાના પુસ્તકમાં તેનું મંપૂર્ણ વર્ણન થઈ શકે નહીં પરંતુ ન્યાં સુધી બની શકશે ત્યાં સુધી ખુલાસાવાર લખવા પ્રયત્ન કરીશ. અંગ્રેજી શબ્દોના ગુજરાતી શબ્દો લખવા ઘણાજ કઠીન પડે છે અને તેમાંએ વળી આવી કઠીન બાબતને ગુજરાતીમાં ઉતારવી ઘણીજ મુશ્કેલ જણાય છે. આ બધો વાંક છે કેળવણીનો; કારણ હાલની કેળવણી તપાસીએ તો આપણને નિરાશાજ ઉત્પન્ન થશે. નિશાળે બણના બ્રાહ્મણના બાળકો વેદાધ્યયન છોડે છે, વાણીયાના પુત્રો વૈશ્યવૃત્તિ ત્યજે છે, સુતાર ઘડવાનું ત્યજે છે, સોની પોતાનો ધંધો છોડે છે, દરજી શીવવાના કામને તિલાંજલી આપે છે, મોચી જોડા શિવવાનું ઇચ્છતો જ નથી અને ખેડૂત ખેતી તજે છે. આવી રીતે બણતાં બાળકો પોતાનું છોડવાની ઇચ્છા કરે છે અને પારતં-ત્ર્યતાની બેડી પહેરવા ઉચુક્ત થાય છે. નોકરીની પેદાશ; જાતિધર્મનો લોપ, અને શિષ્ટાચારનો લોપ અવાથી બરબાદી થાય છે. આવી રીતે કેળવાએલ વ્યક્તિ બુદ્ધિથી દૂર હોય છે. આપણું શું તે સમ-જાતું નહીં હોવાથી અને આપણી વિદ્યાનો અખુટ ખમ્બો કેવો છે તેનું અજ્ઞાનજ આપણને પાશ્ચાત્યો તરફ દોરે છે. હજારો વર્ષથી આયુર્વેદની ઇમારત ઉપર આક્રમણો થયા કરે છે પરંતુ ઋષીમુ-

નીઓએ એવા તો વડાં મૂળ નાખેલાં છે કે તે ધમારત ડગતી જ નથી તેથી હવે તો આ કેળવણીનો મોદ છોડીને રાષ્ટ્રીય કેળવણી તરફ જ વળો.

આ વિદ્યાવલોકનમાં મારે એક પ્રથમજ અગત્યનો ખુલાસો કરવાની જરૂર છે; અને જો તેમ ન કરું તો તો નગુણોજ ગણાઉં. મારા વૈદ્ય આંધવો અને નિર્દોષ ખોરાક લેનારાઓ તરફથી પ્રથમ જખ્ખર ટિકા થવાનો ભય રહે છે. શરીરના રસપિંડોના અગડવાથી થતા રોગોની ચિકિત્સા રસપિંડોના સત્વથી ધણેખરે ભાગે પાશ્વિ-માત્ર લોકો કરે છે અને શરીર ઉપર થતા તમામ ફેરફારો આ રસપિંડોમાં થતા ફેરફારને આભારી છે; તેથી તે ફેરફારનું બારિક અવલોકન કરી પ્રયોગો દ્વારા રસપિંડોના સત્વો તૈયાર કરવામાં આવ્યાં છે અને તેવાં દરદોની દવા તરિકે આવાં સત્વો વાપરવામાં આવે છે. જનવરોના જુદા જુદા રસપિંડોમાંથી આ સત્વ બનાવે છે. આ સત્વો લેવાથી બે દોષ નડે છે; એક તો આપણે પ્રાણી-જન્ય દવા વાપરીએ છીએ અને બીજું આપણા સુખના માટે બિચારાં નિર્દોષ પ્રાણીઓ દણાય છે. આ બે મુદ્દા બરાબર ન સમજાય તો આ પુસ્તક નિરૂપિયોગી ઠરે અને હું પાપનો જ બાગીદાર બનું. વાંચક, જરા વિચાર કર, શાન્ત થા અને થોભી જ અને માઁ આ એક જ વચન યાદ રાખ કે આ પુસ્તિકાનો આશય શુદ્ધ અને નિર્મળ એવું યોગશાસ્ત્ર તેના તરફ વાળવાનો છે એટલે ગમે તેવા અરૂચિકર સમુદ્ધો આવે તો પણ ધૈર્ય ધરી આ પુસ્તિકા પૂર્ણ વાંચી જમશ તોજ ઉપકાર થશે. અંગ્રેજ દવામાં પ્રાણીજન્ય દવાઓ છે અને તેથી વિજ્ઞાનની દૃષ્ટિ દોષિત કરી ટીકા જરા પણ કરીશ નહીં.

આયુર્વેદમાં સુશ્રુતાચાર્યે જણાવ્યું છે કે આ સૃષ્ટિમાં મનુ-બના ઉપયોગ માટે સઘળું બનાવ્યું છે. વળી આપણે સારી આલ-મના માનવી જોઈએ. ગદ્યા ગાંઠ્યા હિન્દુઓ શિવાય લગભગ



અધ્યાય પ્રાણી વર્ગના ખોરાક ઉપર રહે છે એકલું જ નહીં પણ શાંત દિવા પાસે ગરોળીને જોશે તો તે પણ નાના જંતુથી પેટ ભરે છે. વાઘ, સીંહ, વર અને ઘણા પશુ પક્ષીઓ પણ નાના જંતુમાં ખાઈ રહે છે. ઉપનિષદમાં વર્ણન આવે છે કે આ સૃષ્ટિમાં અન્ન અને આત્મા બેજ છે. આત્મામાં અન્ન છે અને અન્નમાં આત્મા છે. આપણું શરીર અન્ન છે અને આપણે તે શરીરમાં આત્મા રૂપે છીએ. આપણું શરીર દેખી વાઘના મોઢામાં પાણી આવે અને મચ્છીને જોઈ માનવીના મોઢામાં પાણી આવે. એવી રીતે સકલ સૃષ્ટિમાં શરીરો તે ખોરાક છે અને તેમાં રહેલ તે આત્મા છે. આત્મા મન રૂપે થઈ સૃષ્ટિ રચે અને સૃષ્ટિની માયા સાથે ફસાય એટલે માયા રૂપિ બાલ્ય જગત્ સાથે સંબંધ ધરાવતું આ શરીર તેને ધારણ કરવું જ પડે અને તે ધારણ કરેલ શરીર નિભાવવા બીજું શરીર ખાવું જ પડે. હવે માનવીની હોજરી તે તો બીજા પ્રાણીની ઘેર થઈ. આ હકીકત ધ્યાનમાં લેતાં અને સકલ સૃષ્ટિની ઘટમાળ જોતાં એક એકનું જીવન એક બીજાને આશરે જ છે. પ્રાણીનો ખોરાક તરીકે ઉપયોગ કરવો તે પાપ માની મહાન્ પુરોષોએ ત્યાગ કર્યો અને અનાજ ખાવાનું શરૂ કર્યું. અનાજ એ વનસ્પતિની દુનિયાનો જીવ છે એટલે અનાજ ખાવું તે પણ પાપ સમજી ફળનો અહાર સ્વીકાર્યો. ફળો પણ બીજવાળાં છે અને બીજ તે જીવનમય છે તેથી ફળનો ત્યાગ કરી સૂકાં પાન ઉપર રહ્યા. પાનમાં જીવ રહે છે તેથી પાણી ઉપર જીવન ટકાવતા. પાણીમાં અનંત જીવો છે તે સાબીત થવાથી ઋષીઓ હવા ભરખી જીવતા. હવામાં પણ અનંત સૂક્ષ્મ જીવો છે તેથી આખરે થાકી નિર્વિકલ્પ સમાધી સાધતા અને બ્રહ્મમાં મળી જતા. આવા ઋષી મૂનિઓએ પોતાના પૂનિત ગ્રંથોમાં પણ કેટલાંક દરદોની ચિકિત્સા ખાસ પ્રાણીના ભાગોથી આપી છે તે હકીકત ખરી હશે ? આપણે સુશ્રૂત આયુર્વેદમાં જે વાંચીએ છીએ તે પોતાનું જ લખેલું કે

પછવાડેથી કોઇનું ઘૂસાડેલું તે સાબીત કરવું પડે. આવા અહીંસા-વાદી આવી ચિકિત્સા લખે ખરા ? હા. પ્રથમ તેઓએ વૈદકજ્ઞાન શોધી કાઢ્યું અને જે જે વખતે મનુષ્ય માટે યોગ્ય જણાયું તે તે તેઓએ સંગ્રહી લીધું. આ પ્રાથમિક શોધખોળમાં તેમણે પ્રાણીના અમુક અવયવો અમુક દરદમાં વાપરવા માટેનું જ્ઞાન અનુભવ્યું અને તેથી દરદો મટાડવાની ચિકિત્સા લખી. પછી જેમ જેમ શરીર શોધતા ગયા અને વૈદક વિષયમાં આગળ વધતા ગયા તેમ તેમ યોગવિદ્યા પ્રાપ્ત થઈ અને છેવટે તેનાથી શરીર નિર્ભળ કરવા લાગ્યા. આ ઉપરથી સિદ્ધ થાય છે કે રસપિંડ ચિકિત્સાને બધી બાબતોએ ટેકા મળે છે અને તે આયુર્વેદના મત પ્રમાણે સપ્રમાણ છે ખરી.

સુશ્રુતના ચિકિત્સારથાનના અધ્યાય ૨૬ ના વાળકરણતંત્રના પ્રકરણમાં શ્લોક. ૧૧,૧૫,૧૬,૧૭,૧૮ અને ૨૩ વાંચીએ તો જરૂર જણાય છે કે નપુંસકતા દૂર કરવા વૃષણ આઓ, વીર્ય પીઓ અથવા તેવા પ્રયોગો કરો પણ શારીરિક સંપત્તિ પ્રાપ્ત કરો. આ શિવાય માંસાહાર તો ઘણાખરા ઠેકાણે સુશ્રુત તેમજ બીજી સંહિતાઓમાં પણ જણાય છે. આ ઉપરથી આ ચિકિત્સા માન્ય થાય છે. આપણે બહુ ઉંડા આ વિષયમાં ઉતરીએ તેના કરતાં મારી એકજ વિનંતી છે અને તે એકે આ પુસ્તક ધ્યાન દઈ પૂરેપૂરું વાંચી પછી જે શંકા થાય તેનું નિવેદન કરવું. પાશ્ચિમાત્યોની શોધ આ રસપિંડોના સત્વો આપવાની છે તેવી જ રીત આયુર્વેદની પણ છે અને યોગશાસ્ત્રમાં તો ફક્ત કુદરતી શરીર શોધનનાજ પ્રયોગો છે તો તે સધળાનું યોગ્ય વિવરણ હવે પછીના પૃષ્ઠોમાં થશે.

આ પુસ્તીકામાં શરીરના રસપિંડોનું જ્ઞાન, તેના જીવન રસાયન પ્રવાહીની ક્રિયા અને શરીર સાથેનો સંબંધ, તેનાથી થતાં દરદો અને તેની સારવાર પાશ્ચિમાત્ય, આયુર્વેદિક અને યોગની દૃષ્ટીથી આપવામાં આવશે તે પ્રત્યે સુઘ વાંચક વર્ગ યોગ્ય નજરથી જશે.

પ્રથમ ન્યારે હું વૈદકશાસ્ત્રનો અભ્યાસ કોલેજમાં કરતો હતો તે વખતે આ રસપિંડો વિષે મેં બહુ જ થોડું જાણેલું. પછી ગ્રેક-રીસમાં પડતાં દરદોના નિદાનની મુશ્કેલી અને સારવાર માટે ફાંફા મારવા પડતાં તેથી એમ જણાયું કે જે કેળવણી કોલેજમાં લીધી છે તે અપૂર્ણ છે. આમ ધારી દરેકે દરેક બાબતોના પુસ્તકો ખરીદ્યાં અને વાંચ્યા. તેમાં ચાલુ જમાનામાં Internal Secretion and Endocrine Glands વિષે સાંબળ્યું અને પછી તે વિષેના પુસ્તકો મેં એકત્ર કર્યા. જેમ જેમ મેં પુસ્તકો વાંચ્યાં તેમ તેમ મને યોગ્ય લાગ્યું તે તે મેં ઉતારી લીધું અને તે ઉતારો તે આ પુસ્તક છે એટલે આ વિષય ઉપર ઓછામાં ઓછા પચાસેક પુસ્તકોનો અભ્યાસ કરી આ નોટ ઉતારી છે તે આજે વાંચક સમક્ષ મુકે છું અને સાથે સાથે સર્વે લેખકોનો આભાર માનું છું.

ઉપરના વર્ણન ઉપરથી સમજાયું હશે કે આર્યોએ વૈદકના વિષયની શોધખોળમાં ઘણો જ ઉત્તમ ફાળો આપ્યો છે અને પૂર્વે જે શોધખોળ કરી છે તે તે તેમણે શાસ્ત્રીય રીતે જ કરી છે અને તેમણે યોગને વૈદકનું અંગજ ગણ્યું છે. પૂર્વે ગ્રીક અને અંગ્રેજ પ્રજાએ પણ શોધેલું કે અમૂક ગ્રંથોમાં આપવાથી દરદ મટે છે તેમજ બીજી પ્રજા પણ આ ચિકિત્સામાં માનતી હતી. એટલે આ સર્વમાન્ય ચિકિત્સા તો છેજ, છતાં પણ વાંચક, તું રસપિંડથી થતાં દર્દોમાં રસપિંડના સત્ત્વો વાપરે તેના કરતાં તો યોગના પ્રયોગ કરે તો જ સાફ. જે ચીજને આપણે બ્રષ્ટ માનીએ, જેમાં ધર્મ અને નીતિનો લોપ થાય, તે પ્રણાલી તરફ વળીશ જ નહિ. કોડ-લીવર આદિ જેવી બનાવટને ડોકાણે માંખણ અથવા કોપરાનું ઘી વપરાય છે તો પછી મચ્છીનું તેલ વાપરી બ્રષ્ટ થઇશ નહિ.

આ પુસ્તકનો હેતુ એવો નથી કે આમાંની બનાવટો વાપરવી. જો તેમ બને તો આ પુસ્તક એક પાપ પ્રણાલીનું જ પોષક બને છે. પરંતુ આ પુસ્તકનો આશય એજ છે કે રસપિંડનું સાત્મ્ય

હોય તોજી જીવન ટકે છે. અને તેવું સાતમ્ય રાખી જીવન ટકાવવાના અખતરા ઉપરથી સાબીત થાય છે કે જે જીવન રસાયન પદ્ધતી છે તે વાત, પિત્ત અને કફનું જ રૂપાન્તર છે. અને પાશ્ચાત્યો ધીમે ધીમે પ્રયોગો દ્વારા તે પદ્ધતિનો ખીજી રીતે અંગીકાર કરતા જાય છે.

આ પુસ્તકમાં વાત, પિત્ત, કફની રીતને Internal Secretion ની પદ્ધતી સાથે સરખાવી છેવટે શાસ્ત્રીય ચીકીત્સા આપવામાં આવી છે.

ડભોઇ  
ડે. નવી સડક.  
તા. ૧૪-૧૨-૨૯. }

ઠયાશંકર ભાઈશંકર રાવળ.

મેડીકલ પ્રેક્ટીશનર. L. C. P. & S.



## આ પુસ્તકમાં વપરાયેલા શબ્દો.

રસગ્રંથી—Glands having ducts.

રસપિંડ—Ductless Glands.

જીવન રસાયન પ્રવાહી—Internal Secretion.

ધડા-પીંગળા—Sympathetic Nerves.

ધડા-પીંગળા સ્વનંત્ર—Autonomic Sympathetic

Nerves.

પ્રતીનીધી ચિકિત્સા—Substitution Therapy.

પરીશિષ્ટ ચિકિત્સા—Supplimentary Therapy.

સત્વ—Extract.

શારીરિક નિશાની—Physical Symptoms.

સ્તન્ય ગ્રંથી—Mammary Glands.

સાત્મ્ય—Level.

રક્તસંચાલક્યંત્ર—Circulatory System.

અંડાશય—Ovaries.

વ્યાપાર—Metabolism.

ચામડી નીચેના તંતુઓ—Subcutaneous tissues.

અમ્લ—Acid.

વ્યમ્લ—Alkaline.

તૈજસ } 1. જીવન રસાયન પ્રવાહી.  
2. a chemical substance that attracts other  
secretion produced by other Glands.  
3. a power to sustain.

કોષોષ, }  
તા. ૧૪-૧૨-૨૯ }  
ડૉ. નવી સહક. }

દયાશંકર ભાઇશંકર રાવળ,  
મેડીકલ પ્રેક્ટીશનર, L. C. P. & S.

## અનુક્રમણિકા.

	વિષય.	પૃષ્ઠ.
પ્રકરણ ૧ હું.	પ્રવેશ. ....	૧
„ ૨ જી.	જીવન રસાયન પ્રવાહી. ....	૫
„ ૩ જી.	ચાયરોઇડ અને પેરાચાયરોઇડ નામના રસપિંડો. ....	૧૯
„ ૪ થું.	ચાયરોઇડ અને પેરાચાયરોઇડનાં દરદો અને ચિકિત્સા. ....	૨૬
„ ૫ મું.	પીચ્યુઇટરી રસપિંડ ....	૩૯
„ ૬ હું.	સુપ્રારીનલ નામના રસપિંડો. ....	૪૫
„ ૭ મું.	પાચનક્રિયાના રસપિંડો. ....	૫૩
„ ૮ મું.	જનન અવયવો. ....	૫૯
„ ૯ મું.	ચાયમસ, લીમ્ફવાલ્ક ટ્રાંચીઓ અને પીનલ-ગ્રોડી છત્યાદી. ....	૬૫
„ ૧૦ મું.	પ્રકીર્ણ. ....	૭૦
„ ૧૧ મું.	વાત, પિત્ત, કફ, અને જીવન રસાયન પ્રવાહી. ....	૭૭
„ ૧૨ મું.	રસપિંડ અને વૃદ્ધાવસ્થા. ....	૮૮
„ ૧૩ મું.	રસપિંડ અને વિટેમિન્સ. ....	૯૩
„ ૧૪ મું.	કેટલાંક ખાસ દરદો અને તેના ઉપચારો. ....	૧૦૬
„ ૧૫ મું.	યોગના પ્રયોગોનું હુંકું વર્ણન. ....	૧૧૨

# ગુજરાત આયુર્વેદિક ફાર્મસી

સ્થાપના સને ૧૮૯૦

ગુજરાતમાં સૌથી જુનું, મોટું, પ્રખ્યાત ઔષધ કાર્યાલય.

જેને માટે

નામાંકિત પુરૂષો અને યૂરોપીયન વિઝીટરોના ઉચ્ચ અભિપ્રાય છે.

મહાત્મા ગાંધીજી શું કહે છે ?

“આ સંસ્થા મેં બે વખત જોઈ છે. વૈદરાજનું સાહસ મોટું છે. આ ઔષધશાળાની સુઘડતા ઘણી સરસ છે.”

ઈન્ડિયન નેશનલ કોન્ગ્રેસ અને અખિલ ભારતવર્ષીય વૈદ્યસંમેલને આ ફાર્મસીને સોના રૂપાના ચાંદ આપ્યા છે.

અમારી ગુણકારી અને તદ્દન દેશી શાસ્ત્રસિદ્ધ  
ઔષધીઓ મંગાવો.

## કેટલોગ મફત મંગાવો.

જેમાં આ ફાર્મસીની દવાઓ અને બીજી જાણવાજોગ  
વિગતોનો સમાવેશ કર્યો છે.

ગુજરાત આયુર્વેદિક ફાર્મસી-૭૪ રીચીરોડ-અમદાવાદ.

શાખાઓ: { કામખાદેવી રોડ, ભાંગવાડીને નાકે, હાથીબીહારીંગ-મુંબાઈ.  
ઔટાપુલ, હાઈરોડ-મુરત.

# રસપિંડ ચિકિત્સા.

## પ્રકરણ ૧ લું.

### પ્રવેશ.

રસપિંડ ચિકિત્સામા જે દરદો રસપિંડના બગડવાથી થાય છે તેનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે અને રસપિંડમાંથી તૈયાર થતી દવાઓથી જે સારવાર કરવામાં આવે છે તેને રસપિંડ ચિકિત્સા કહે છે. આ ચિકિત્સા નવી નથી. અંધશ્રદ્ધાથી ભૂત-પ્રેતના બદના નીચે અને ચમત્કારીક રીતે પાશ્વિમાલ્યો આ રીતે અમુક દરદોની સારવાર કરતા હતા. વખત જતાં વિદ્વાન લોકોએ આ બાબત ઉપર શોધ-ખોળ કરવામાંથી અને વધારે પ્રકાશ પાડવામાંડ્યો. વિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓએ અખતરાકરી બગડેલા રસપિંડોની ક્રિયાની અસર ઉપર મહેનત કરવા માંડી; ડોક્ટરોએ તેનાં ચિન્હો એકત્ર કર્યા અને કેમિસ્ટોએ રસાયણીક રીતે પ્રયત્ન કરી સત્વો તૈયાર કર્યા. આવા સહકારથી આ વિદ્યા અસ્તિત્વમાં આવી છે.

હવે આપણે તપાસીએ કે રસપિંડ એટલે શું ? મનુષ્યનું શરીર બનેલું છે તેમાં જુદી જુદી જુદા જુદા રંગની વસ્તુઓ છે એટલુંજ નહીં પણ જેમ ઘડીઆળ અનંત ચક્રોનું બનેલું છે તેમ માનવ શરીર પણ એક ચંત્રની માફક ઘણા અવયવોનું બનેલું છે. આ શરીર તંદુરસ્ત સ્થિતિમાં હોય ત્યારે આ બધા અવયવો બરાબર કામ કરે છે. દેહમાં શ્વાસ લેછે, આંતરડાં પાચન ક્રિયાનું કામ કરે છે, હૃદય લોહીનું સ્પુરણ કરે છે અને મગજ બરાબર કામ કરે છે. શરીરને તંદુરસ્ત રાખવા માટે તેમાં તૈજસ પદાર્થની જરૂર છે. આ



તૈજસ પદાર્થ તે શું તે સમજવું જરૂરનું છે. શરીરમાં જુદી જુદી ગ્રંથીઓ છે. આ ગ્રંથીઓ બે પ્રકારની છે. એક પ્રકારની ગ્રંથીઓને નલીકા હોય છે. આ નલીકા વાટે તે ગ્રંથી પોતે તૈયાર કરેલું પ્રવાહી શરીરના ઉપયોગ માટે અમુક ભાગને પુરું પાડે છે. દાખલા તરીકે લીવર, પેન્ક્રીઆસ, ટેસ્ટીકલ્સ-વૃપણો વિગેરે. બીજી જાતની ગ્રંથીઓને નલીકા નથી પણ આ જાતની ગ્રંથીઓ પોતે તૈયાર કરેલ પ્રવાહી શરીરના વાટે શરીરમાં ફેરવે છે. આ પ્રવાહી તે તૈજસ પ્રવાહી છે કે જેને અંગ્રેજીમાં Internal secretion કહે છે, અને જેની સમજૂતી માટે આ પુસ્તકમાં લખાયું છે તેને આપણે જીવન રસાયન પ્રવાહી કહીશું. કારણ આ પ્રવાહી ઉપર શરીરના તૈજસ (livelihood) ઓજસ, શક્તિ, ધૈર્ય અને બહાદુરીનો આધાર છે. આ પદાર્થ જુદીપ્રમાણે ટકાવે છે. આ ઉપરાંત Liver યકૃત, Testicles વૃપણ, Ovary ફળવાદીની, Pancreas પાચક રસપિંડ વિગેરે કેટલાક પિંડો એવા છે કે જેને નલીકા છે અને તે નલીકાવાટે પ્રવાહી મોકલે છે અને બીજું જીવન રસાયન પ્રવાહી પણ તૈયાર કરે છે.

જે રસપિંડોને નલીકા છે તેવા રસપિંડોને આપણે રસગ્રંથીઓ કહીશું અને જે રસપિંડોને નલીકા નથી તેને આપણે રસપિંડો કહીશું (Ductless Glands). જેને નલીકા છે અને જે રસપિંડો અને રસગ્રંથી બન્નેનું કામ કરે છે તેને આપણે બન્નેનું કામ સાથે કરે છે તેવા નામથી સંબોધીશું.

લીવર નામની ગ્રંથી છે તે રસગ્રંથી અને રસપિંડ બન્નેનું કામ કરે છે. જીવન રસાયન પ્રવાહી એટલે આ રસપિંડો જે પ્રવાહી તૈયાર કરે છે તે. આ પ્રવાહી શરીરમાં મળી શરીરની જીવનશક્તિને ટકાવે છે તેથી તેને આપણે જીવન રસાયન પ્રવાહીનું નામ આપીશું.

શરીરમાં બે પ્રકારની ગ્રંથીઓ છે તે સ્પષ્ટ થયું અને તે પોતામાં પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરે છે. તે પ્રવાહી જીવનને ટકાવે છે; આ

વાત પણ સમજાઈ. હવે આ પિંડો જગડે અને કુદરતી કામ કરતા હોય તેમાં ફેરફાર થાય તો શરીરની નંદુરસ્તી જગડે છે. શરીરમાં જે રસપિંડો અને રસગ્રંથીઓ છે તેમાંની કોઈ પણ જગડે તો બીજી રસગ્રંથીઓ અને રસપિંડોને અસર કરે છે. આ પિંડો અને ગ્રંથીઓનું સાતમ્ય હોય છે. તેમાં એક પ્રવાહ એવો વહે છે કે જીવન ટકે છે. આ પ્રવાહ તે આપણું ઓજસ, તેજસ અગર ધાતુ. હવે કોઈ પણ પિંડ અગર ગ્રંથી જગડે તો તેને ખાસ ચિન્હો હોય છે. થાયરોઇડ નામનો રસપિંડ જગડે તો મીક્સ-ઇડીમા અને ફેટીનીઝમ નામનાં દરદો થાય છે. થાયમસ નામનો પિંડ યુવાવસ્થા થતાં લગભગ અસ્ત થયા જેવોજ રહે છે. જે તે રહેતો યુવાવસ્થા મોડી આવે. આવા ચિન્હો ઉપરથી વિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓએ દરેક રસપિંડની ક્રિયાઓ નક્કી કરી તેનાં ચિન્હો શોધી કાઢ્યાં છે અને દરેક રસપિંડમાંથી સત્વો તૈયાર કરી દરદની સારવારમાં તેને વાપરે છે.

આ રીત 'આંઉન સીકવાર્ડ' નામના એક ગ્રંથકર્તા પછી વધારે ચોક્કસ પાયા ઉપર શોધખોળ તળે મુકાઇ છે. 'આંઉન સીકવાર્ડ' પોતે વૃદ્ધ હતો તેથી તેણે વયણુંનું સત્વ પોતાનામાં દાખલ કર્યું અને તેથી તેને નવયુવાની પ્રાપ્ત થઈ હોય તેવું જણાયું. તેણે પોતાનો અખતરો બહાર પાડ્યો. આ અખતરો ઉપર શોધખોળ ચાલી અને દોઢી ખર્નાડ અને બીજા ઘણા વિદ્વાનોએ શોધ ચલાવી. આખરે આ રસપિંડોના પ્રવાહી વધવા અને ઘટવાના એ પ્રથક પ્રથક ચિન્હો જોતી કાઢ્યાં અને તેથી થતાં દરદોની સારવાર તેના સત્વથી કરી. આપણા મત પ્રમાણે શરીરમાં ધાતુ વધે તો શું ચિન્હો થાય અને શરીરમાં ધાતુ ઘટે તો શું ચિન્હો થાય તેવું જ છે. આપણા મુશ્વતાચાર્યના વાજકરણ પ્રયોગોમાં વયણુંનો ઉપયોગ કરવાનું કહ્યું છે. આ વયણુંનો ઉપયોગ પોતાની ભુદ્ધિથી આંઉન સીકવાર્ડે કર્યો અને તેના ઉપર શોધ ચાલી અને વેદક શાસ્ત્રમાં અત્યારે

જળઈ પરિવર્તન થયું છે. ધાળી શોધખોળ થઈ રહી છે અને દરદો નક્કી કરી તેનાં સત્ત્વો પણ તૈયાર થઈ ગયાં છે. ન્યારે આપણા સુશ્રુતાચાર્યે જે શોધ પોતાના પુસ્તકમાં લખી તે ત્યાંને ત્યાંજ રહી અને આપણે તો પાછા નિંદ્રામાં અને ઉદરપોષણની ઘટમાળમાં પડ્યા.

ક્ષયમા ફેફસાં બગડે છે તો ફેફસાંના તત્ત્વો શરીરમાં દાખલ કરવાં, આંતરડાં બગડે તો તેમ કરવું, બરોડા વધે તો તેનું સત્ત્વ આપવું. તે ખોરાક વધારે પડ્યાવે છે. આવી ઘણી શોધો ચાલી રહી છે. અને વાંદરામાંથી રસપિંડો કાઢી તેના સત્ત્વો તૈયાર કરી યુવા પ્રાપ્ત કરના આજે યુરોપ પગલર થઈ ગયું છે.

રસપિંડ ચિકિત્સા પદ્ધતિની શરૂઆત શરીરમાંથી ઓછા થતા ઇન્ન રસાયન પ્રવાહીને પુરૂંપાડવામાંથી થઈ છે. જેનું પ્રવાહી ઓછું થાય તેનું સત્ત્વ આપવાથી તે ખોટ પુરી પડી રહે. વીર્ય ઓછું થઈ શરીરમાં કમતાકાત આવે અને સંઘના આવે તો વૃષણનું સત્ત્વ આપવું અને છેવટે નુશ્રુતાચાર્યે તો વિર્યનું પાન કરવાનું પણ જણાવ્યું છે. આ સારવારની રીત તો ખીજી સારી રીતના અભાવે છે. આ રસપિંડોને સુધારવા માટે યોગમાં સારામાં સારાં આસનો બતાવ્યાં છે તે અને ખીજી શુદ્ધિની ક્રિયા બતાવી છે તે આચરવામાં આવે તો આ પદ્ધતિ જરૂર નાશુદ્ધ થશે. જેમ પાશ્વિમાત્યો આ પ્રયોગો ઉપર છે તેમ આપ સહગૃહસ્થો આ પુસ્તિકાના યોગના પ્રયોગો જરૂર અજમાવો અને દરદો મટે છે કે નહીં તે જણાવો તો મારા ઉપર મદદ ઉપકાર થશે. આ પાશ્વિમાત્ય શોધનાં પરિણામો સારાં નથી આવ્યાં છતાં પણ કેટલાંક તત્ત્વો જેવાં કે એડ્રીનલીન ક્લોરાઈડ અને પીચ્યુટ્રીન વિગેરે શરીરમાં લોહીનો વધારો કરવા માટે અને માંસપેશીઓને વિસ્તૃત કરવા માટે વપરાય છે. સ્ત્રીના ગર્ભાશયની ગ્રીવા વિસ્તૃત કરવા પીચ્યુટરી નામના રસપિંડના પાછલા ભાગનું સત્ત્વ પીચ્યુટ્રીન નામનું આવે છે તે વપરાય છે અને તુરત ગ્રીવા વિસ્તૃત થઈ બાળકનો પ્રસવ થાય છે. તેવીજ રીતે ખૂટતી

ખોટ પૂરી પાડવા માટે વૃષભ, લીવર, અંડાશય, પીચુટરી, સ્તન્ય-  
ગ્રંથી અને આંતરડાંની ગ્રંથીઓનાં સત્ત્વો અપાય છે. મગજ અને  
તેના જ્ઞાનતંતુઓની ખોટ પુરી પાડવા તેનાં સત્ત્વો પણ વપરાય છે.  
જો આ રીત બુદ્ધિપૂર્વક આચરવામાં આવે તો જરૂર આશ્ચર્યજનક  
પરિણામો આવે અને જો બધા વિજ્ઞાનીઓ, પ્રાણાચાર્યો અને રસા-  
યણીઓ એકત્ર થાય અને પરિણામો જાહેર કરે તો જરૂર અચર્યો  
ઉપજાવનાર પરિણામ આ વિજ્ઞાન ઉત્પન્ન કરશે.

પાશ્ચિમાત્યો પ્રાણીજન્ય ખોરાક લે છે તેથી તેઓને બાધ નથી,  
પરંતુ કદાપિ કોઈ અનાજ ઉપર રહેનાર હોય તો તેને માટે તો  
યોગના પ્રયોગોનો રસ્તો ખુલ્લો છે. પાશ્ચાત્ય રીત ધણીજ નિદ્ય  
અને અમાનુષિ છે. માટે વાંચક તું જરૂર મારા પ્રયોગો અજમાવજો.  
માનવીનું શરીર નાશવંત છે તેને અમર કરવાનો રસ્તો નથી પણ  
દીર્ઘ જીવી કરવાનો રસ્તો આ પાશ્ચિમાત્યોએ રસપિંડની ચિકિત્સા  
ઉપર શોધી કાઢ્યો છે, જ્યારે આપણા ઋષી મુનીઓએ આ પ્રયોગો  
પ્રાણીજન્ય ગ્રંથીઓ વાપરવાના કરી જોયા અને છેવટે તેમને એમ  
જ જણાયું કે આ રીત કરતાં બીજી જરૂર કોઈ સારી રીત દીર્ઘા-  
યુષિ થવાની હોવી જોઈએ. તે ઉપરથી તેમણે યોગવિદ્યા શોધી કાઢી  
છે અને આ વિદ્યા પણ આ રસગ્રંથીઓને તંદુરસ્ત કરવા માટેજ છે.

## પ્રકરણ ૨ જી.

### જીવનરસાયન પ્રવાહી.

વાંચક! ગયા પ્રકરણમાં આપણે થોડું ઘણું રસપિંડ વિષે જાણ્યું,  
હવે વધારે ઝીણી દષ્ટીથી તેનું વિવેચન કરીએ. આયુર્વેદની જે વાત,  
પિત્ત અને કફની પ્રજ્વાલી છે તે આ રસપિંડની ક્રિયા સમજવાથી

બરોબર સમજાશે. સુષુપ્તતાચાર્યે જે પિત્તનું વર્ણન કર્યું છે અને તેના પાંચ ભાગ પાડ્યા છે તે બરોબર છે. પિત્ત બરોલ, લીવર, દટ્ટી, ત્વચા, પક્વાશય અને આમાશયમાં રહે છે. આ બધી રસગ્રંથીઓ નથી પણ બરોલ તે રસપિંડ છે. આ ગ્રંથીઓ એવું જીવન રસાયન પ્રવાહી તૈયાર કરે છે કે જે લોહીમાં મળી રાસાયનિક ક્રિયા કરે છે. એક ગ્રંથીનું પ્રવાહી લોહીમાં મળતાં બીજી ગ્રંથી તેનું કામ બરોબર કરે છે. આજ સુધી એવી માન્યતા હતી કે મગજ અને તેના રનાયુઓ શરીરનો મુખ્ય વ્યાપાર ચલાવે છે પણ પ્રયોગો ઉપરથી સાબીત થયું છે કે તેમ નથી. જ્યારે ગર્ભાશયમાં શરીર બંધાવા માંડે છે ત્યારે સહુથી પછવાડે મગજ બંધાય છે. આ વખતે શરીરનો વ્યાપાર કાણ ચલાવે છે એ કોઈને સવાલ ઉત્પન્ન થતો નથી. આ વખતે જે જીવનના ફેરફાર થાય છે તે આ પ્રવાહી વડેજ થાય છે. આપણે લીંબુ કે આંમલી દેખીએ છીએ ત્યારે મોઢામાં પાણી આવે છે તે આ પ્રવાહીના આકર્ષણથીજ આવે છે. મુખમાં સ્વાદિષ્ટ પદાર્થ દાખલ થતા પહેલાં મોઢામાં પાણી ભરાય છે. આજ સુધી આપણે ધન્દીય વિજ્ઞાનશાસ્ત્રમાં એમજ ભણ્યા છીએ કે આ ક્રિયા Nervous systemના આધારે બને છે પરંતુ તેમ નથી. હોજરીમાં રસ જરે અને લુખ લાગે, આંતરડાંમાં ડીઓડીનમના પડમાંથી રસ જરે અને છેવટે પેન્ક્રીઆસ પણ પોતાનો રસ ફેલાવે. આ બધું શાથી બન્યું? બધો ભાર જ્ઞાનતંતુ ઉપર નાખવો પાલવે નહીં. રસપિંડો અને રસગ્રંથીઓનું જીવન રસાયન પ્રવાહી લોહીમાં મળતાં એવું ઓજસ તૈયાર કરે છે કે તે ઓજસના પ્રભાવેજ આ બધું બને છે. આપણે બીડી પીએ છીએ. છોડી દેવાથી જેને બંધાણી લોકો “તલપ” કહે છે તે ઉદ્ભવે છે. આ—“તલપ” એટલે શું? જીવન રસાયન પ્રવાહી આ પદાર્થથી ટેવાય છે તેથી તે તેની માગણી કરે છે તેજ તે “તલપ” જે બીડી ના પીએ તો તેનું જરે લોહીમાંથી નાખે થાય છે. પરિણામે “તલપ” લાગતી નથી. આટલા ઉપરથી

સમજાયું હશે કે વાત, પિત્ત અને કફની પ્રણાલી જેટલી સહેલી છે તેટલી નથી પણ તે વિષય ગહન છે.

જીવનને ટકાવી રાખવા શરીરના બધા અવયવો સંપત્તી કામ કરે છે અને એક બીજા ઉપર આધાર રાખે છે. એક અવયવમાંથી બીજા અવયવમાં જે સંદેશો જાય છે તે કાંઈ જ્ઞાનતાંતુને લઇને નથી પણ આ શક્તિનેજ આભારી છે. આ ઉપરથી સમજાયું હશે કે આ પિંડ અને ગ્રંથીઓ એક જાતનું પ્રવાહી તૈયાર કરે છે. તે પ્રવાહી લોહીમાં મળે છે અને શરીરના અવયવોને કાર્યકુશળ બનાવે છે. આ પ્રવાહી તેજ ખરું જોતાં સંદેશવાહક છે. અને આ વિજ્ઞાન જે વધારે મજબૂત થશે તો જરૂર વૈદક વિદ્યામાં જખરું પરિવર્તન થશે અને આખરે પાશ્વિમાત્યોને પણ વાત, પિત્ત અને કફનો સિદ્ધાંત સ્વિકારવો પડશે.

ઓ ! ઋષિ, મુનિઓ ! ઓ આર્યો તમે કેટલા બધા પ્રખર વિદ્વાન હતા અને અમે તમારા સંતાનો કેટલાં નિઃસત્વ અને નિર્માલ્ય છીએ કે તમારા લખાણને પણ સમજતા નથી. આવો દિવ્ય વારસો હોવા છતાં અમે તો તન, મન અને ધન તેમજ ધર્મની પરતંત્રતામાં સડ્યા કરીએ છીએ. જગતમાં મહાનમાં મહાન પ્રજાઓ જે પ્રયોગો દ્વારા સિદ્ધ કરતી જાય છે તે આપ તો ક્યારનું સિદ્ધ કરી અમને સોંપતા ગયા છો છતાં અમે તે તો સમજતાજ નથી !!! હરિ. હરિ.

**જીવન રસાયન પ્રવાહી**—રસપિંડ અગર ગ્રંથી એવું પ્રવાહી તૈયાર કરે કે જે લોહીમાં મળવાથી બીજા અવયવોને ગતિમાં મૂકે તેમજ જીવન ટકાવે તે પ્રવાહીને આપણે જીવન રસાયન પ્રવાહી કહીશું અને જે ગ્રંથીઓ આવું પ્રવાહીજ ફક્ત તૈયાર કરે છે અને જેની હયાતી બીજા કોઈ કાર્ય માટે શરીરમાં નથી તે ગ્રંથીઓને આપણે રસપિંડ અથવા રસગ્રંથીઓ કહીશું.

આવી ગ્રંથીઓ અગર પિંડોના બે ભાગ પાડવાનું કારણ

આગળ કહેવાઇ ગયું છે. જેને નલીકા હોય છે તે રસગ્રંથી અને જેને નલીકા નથી તે રસપિંડ. આ પ્રવાહી શરીરની આંતરિક એક-દિલી બરાબર જળવે છે અને જીવન ટકાવે છે. દાખલા તરીકે પેન્ક્રીઆસની ગ્રંથી બગડે તો તે પોતાનું અત્રાહી લોહીમાં બરાબર મોકલી શકે નહીં. આ પેન્ક્રીઆસમાં બે પ્રકારનું કર્મ છે. તે રસગ્રંથી અને રસપિંડનું કામ કરે છે. નલીકા વાટે તે એવું પ્રવાહી આપે છે કે જે ખોરાકમાં મળી અન્ન પચાવે છે અને લોહીમાં તે એવું પ્રવાહી આપે છે કે તે લીવર પાસે પોતાનું સાકર એકત્ર કરવાનું કામ બરાબર કરાવે છે. હવે જે ખોરાકમાં મળે છે તે કફ અને લોહીમાં મળે છે તે પિત્ત છે. આ પિત્ત વધે તો લોહી દુષિત કરી પ્રમેહ ઉત્પન્ન કરે અને કફ વધે તો રસ, રક્તને દુષિત કરી પિશાબ વાટે બગડેલ પદાર્થ કાઢે. આ સિદ્ધાંત સુશ્રુતના અભ્યાસીથી અનુભવેા નથી. વાત, પિત્ત અને કફના પ્રકરણ ૧૧ મામાં સ્પષ્ટવર્ણન છે, તેમજ દરેક ડોક્ટર પણ જાણે છે કે પિત્ત પોતાનું સાકર એકત્ર કરવાનું કામ ઓછું કરે તો સાકર શરીરના કામમાં ન આવતાં વધેલી સાકર પિશાબ વાટે બહાર નિકળે છે અને તેથી મધુપ્રમેહ થાય છે અને શરીર કૃષ બને છે. પિત્તના ક્ષયના અને કફના કોપનાં ચિન્હો પ્રમેહના પ્રકરણમાં ધરવૈદ્યામાં પણ વૈદ્ય શ્રી જટાશંકરભાઈએ આપ્યાં છે તે બરાબર આ જીવન રસાયન પ્રવાહીના બિગાડને મળતાંજ છે. જે પેન્ક્રીઆસ કાપી કાઢવામાં આવે તો તે લોહીમાં જીવનરસાયન પ્રવાહી આપી શકે નહીં તેથી લીવર પોતાનું સાકર એકત્ર કરવાનું કામ છોડી દે છે. પરિણામે સાકર પેશાબ વાટે જાય છે અને મધુપ્રમેહ થાય છે. આ ઉપરથી સમજાયું હશે કે પેન્ક્રીઆસ પણ એક રસપિંડ અને ગ્રંથી છે. આ પ્રવાહી બીજા અવયવને ઉત્તેજીત કરી ગતિમાં મૂકે છે અને આ પ્રવાહી બીજા સમુહની ગ્રંથીઓના પ્રવાહીને તેનું કામ કરતાં અટકાવે છે. જેવી રીતે કે “બ્લેસેન્ટા” નામના અવયવનું સત્વ આપીએ તો સ્તન્ય ગ્રંથીઓ

દુધ પેદા કરતી અટકે તેથી આ પ્રવાહીના બે કૃત્યો થયાં છતાં પણ તેવા પ્રવાહીનું ઇલાયદુ નામ આપી ગોટાળામાં પડવા કરતાં તેના કૃત્યનું વર્ગીકરણ કરી રસપિંડોનું વર્ગીકરણ કરવું સારું.

આ જીવનરસાયન પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરે છે તે ગ્રંથીઓ અને પિંડો શરીરની અંદરના ભાગમાં રહે છે તે વિષે જાણવું ઠીક થઈ પડશે.

**આંત્રીક પિંડો અને ગ્રંથીઓ**—શરીરના મુખ્ય રસપિંડો થાયરોઇડ, પીચ્યુઇટરી, સુપ્રારીનલ્સ છે. દરેક રસપિંડ પોતાના સમુદયનું ખાસ કામ શરીરમાં બજાવે છે અને એવું રસાયનિક પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરે છે કે જીવન વ્યાપારમાં ખાસ ભાગ ભજવે છે અને જીવન વ્યાપારને સમાંતર રાખે છે. પ્રયોગોથી આ સાબીત થાય છે. ગ્રંથીઓ કાઢવાથી, ગ્રંથીઓના સત્ત્વો દાખલ કરવાથી, આ ગ્રંથીઓનાં સત્ત્વો મુખ વાટે, ચામડી વાટે અને ફસવાટે શરીરમાં દાખલ કરવામાં આવે છે. થાયરોઇડમાં કસર પડી હોય તેવા વખતે કેટીનીઝમ, મીક્સ-ઇડીમા વિગેરે દરદો થાય છે તેમાં તેના સત્ત્વો મુખ વાટે આપવાં ઠીક પડે છે. મુખ વાટે દવા લેવા કરતાં ચામડી વાટે લેવાથી વધારે સારી અસર થાય છે. સુપ્રારીનલ્સનું સત્ત્વ રક્તવાહિનીઓને સંકેતે છે; થાયરોઇડનું સત્ત્વ લોહીના દબાણને ઓછું કરે છે અને પીચ્યુઇટરીનું સત્ત્વ ગર્ભાશયને સંકેતે છે.

આ રીતે આંતરિક ગ્રંથીઓનાં સત્ત્વો વૈદક-વિદ્યામાં વપરાય છે. આ ગ્રંથીઓનાં સત્ત્વો ampules એમ્પ્યુલ્સમાં ભરેલાં ઓલાઇવ ઓઇલમાં મેળવી તૈયાર આવે છે.

આપણે ઉપર જોઇ ગયા છીએ કે રસપિંડનું પ્રવાહી બીજા રસપિંડના કાર્યને ઉત્તેજન આવે છે અથવા અટકાવી દે છે. આ રીતે બે ક્રિયાઓ થઈ, એક ઉત્તેજક અને બીજી વિઘાતક. આવીજ રીતે જ્ઞાનતંતુઓની પણ બે ક્રિયાઓ છે. એક ઉત્તેજક અને બીજી વિઘાતક. જ્ઞાનતંતુને અને રસપિંડના પ્રવાહીને સંબંધ છે. જે જ્ઞાનતંતુને સંબંધ



છે તેને આપણે ઇડા-પિંગળા સમૂહ કહીશું (Sympathetic). આના બે ભાગ છે. એક સ્વતંત્ર autonomic અને બીજો ઇડા-પિંગળા વિભાગ. સ્વતંત્ર વિભાગના સ્નાયુઓ ત્રીજી, સાતમી અને નવમી 9th Cranial Nerve બોપરીમાંથી નીકળતી નસો સાથે સંબંધ ધરાવે છે તેમજ પહેલી ત્રણ સેકલ નસો સાથે સંબંધ રાખે છે. બરડાની કરોડના અંકોડાની બાજુએ આવેલ ગ્રંથીઓ સાથે તે સંબંધ રાખતી નથી. ઇડા-પિંગળા સમૂહની ગ્રંથીઓ સુષુમ્ણાનાડી Spinal cord માંથી નીકળતા આગળ અને પાછળના તંતુનો ન્યાં સંબંધ થાય છે ત્યાં સંબંધ રાખે છે. આ બંને વિભાગનાં કર્તવ્યો એક બીજાથી વિરુદ્ધ છે. ઉપર લખેલ બંને જ્ઞાનતંતુના ભાગ ઉપર રસપિંડના પ્રવાહીની ખાસ અસર છે. એડીનલીન નામનું સત્વ ઇડા પિંગળા વિભાગને ઉત્તેજિત કરે છે અને પીચ્યુઇટરી નામનું સત્વ સ્વતંત્ર ઇડાપિંગળા વિભાગને ઉત્તેજે છે. પેન્ક્રીઆસની ગ્રંથી ઉપર થાયરોઇડ અને પિચ્યુઇટરી અંકુશ રાખે છે. આ ઉપરથી સમજાય છે કે આ જ્ઞાનતંતુઓના ઉપર આ રસપિંડોનું પ્રવાહી કાણુ ધરાવે છે. જો કે વર્ણન ધણુંજ ટુંકુ છે છતાં પણ વિચાર કરવાથી સ્પષ્ટ થશે.

ઉપરના વર્ણન ઉપરથી સમજાયું હશે કે શરીરની જીવનશક્તિનો સધળો આધાર રસપિંડો ઉપર છે. રસપિંડોને વધારે સારી રીતે સમજવા હવે આપણે આગળ વધીએ. શરીરમાં રસપિંડો કેટલા છે તેનું વર્ગિકરણ કરી, પ્રથક પ્રથક તપાસીએ તો ઠીક.

### રસપિંડોનું વર્ગિકરણ.

૧. જ્ઞાનતંતુ અને મગજમાં:—

- a. ક્રોમેશીન ટીસ્યુ.
- b. હાયપોથાલીસીસ-સેરીબ્રાઇ.

૨. ગળામાં:—

- a. થાયરોઇડ.
- b. પેરાથાયરોઇડ.
- c. થાયમસ.

૩. આંતરડામાં:—

a. પેન્ક્રીઆસ.

b. નાના આંતરડાના અસ્તરના પીંડો.

૪. જનન અવયવના:—

a. ગોનેડસ-gonads. ગ્રપણ વિગેરે.

b. આંતરિક પિંડો. Internal Bodies (adrenals)

ઉપરનું વર્ગીકરણ જો કે બરોબર નથી જતાં પણ આપણે સમજાવતાની ખાતર એકે એકે તપાસીએ તો રસપિંડોનો ખરો ખ્યાલ આવી શકે.

વૈદક શાસ્ત્રમાં રસપિંડોનાં સત્વો કેટલાંક દરદોની સારવાર માટે વપરાય છે અને કેટલીક બનાવટો એમને એમ ખાત્રી કર્યા વગર વપરાય છે તેથી જો આ પ્રક્રિયાના સિદ્ધાંતો જાણવામાં આવે તો અંધશ્રદ્ધા કહેવાય નહીં.

હવે આપણે રસપિંડોમાં થતા ફેરફારથી દરદના કારણોને તપાસીએ:—

૧. રસપિંડોમાં જ્યારે તેનું પ્રવાહી ઓછું અને અગરતો તે રસપિંડ નાશુદ્ધ થયો હોય તેવા વખતે આ પદાર્થ શરીરમાં દાખલ કરવાની રીતને આપણે “સબ્સ્ટીટ્યુશન થેરેપી” કહીશું. એટલે કે તે પ્રતિનિધિ ચિકિત્સા ગણાય.

૨. પરિશિષ્ટ ચિકિત્સા:—ટુટતા પ્રવાહીની વૃદ્ધી.

૩. વિજ્ઞાન ચિકિત્સા—Physiological Therapy.

૪. પ્રયોગસિદ્ધ ચિકિત્સા—Empirical Therapy.

રસપિંડોનાં સત્વો આપવાનો આધાર ઉપરના ચાર ભાગમાં બહેંચાયલા નિયમો ઉપર છે. વાંચક, હવે આપણે ચાલો તપાસીએ કે આ સત્વોનો કેવો ઉપયોગ થાય છે ? બધા રસપિંડોમાં ચામરોમ્બ

નામનો રસપિંડ મુખ્ય છે અને તેથી તેનોજ દાખલો લક્ષ્યો. ન્યારે આ પિંડમાં ન્યૂનતા થાય છે ત્યારે આ પિંડન સત્વો વપરાય છે. આ સત્વની માત્રા ઝરોઝર સિદ્ધ કરેલી છે તેથી તેનું શું પરિણામ આવશે તે પણ સિદ્ધ થઇજ ગયું છે. તેનો પહોળો ઉપયોગ સર્વત્ર થવા લાગ્યો છે તેમજ એમ પણ થવા લાગ્યું છે કે તેના બદલે હવે ધાતુ અને વનસ્પતિની દવા પણ વપરાય છે. જે લોકો આવાં સત્વ વાપરે છે તેઓ પણ ગોટાળામાં પડે છે અને પરિણામે વનસ્પતિ અગર ધાતુઓ વાપરે છે. મારો સ્વાનુભવ એવો છે કે જીવન શક્તિ કાંઇ મરેલ પદાર્થમાંથી કાઢેલ સત્વો આપતાં નથી પણ જે શરીરમાં રહેલા જીવન્તપિંડોને તેવાં સત્વોથી સતેજ કરવા કરતાં તેને હવા, પાણી, ખોરાક, અને યોગાસનોથી સુધારવામાં આવે તોજ જીવન દીર્ઘ બને છે. અમારા ઋષીઓ પણ પ્રાણીજન્ય ગ્રંથીઓ વાપરવા લક્ષ્મણ કરે છે પણ આખરે તેમને સમજાયું કે આ પાપ છે તેથી તેમણે બીજી રીત શોધી કાઢી જે યોગાભ્યાસના નામથી ઓળખાય છે. આયુર્વેદ રત્ન છે, તેના સિદ્ધાંતો ગૂઢ છે; સમજવા કઠીન છે. ક્યાં આપણી અરુપ મતિ અને ક્યાં અગાધ જ્ઞાન ? આગળના ઋષિઓ લખતા અને યાદ રાખતા થોડું અને તે થોડા ઉપરથી સમજતા વધારે. વાત, પિત્ત અને કફ એ ત્રિધાતુ ઉપર શરીરનાં દરદોનો અને તન્દુરસ્તીનો આધાર મૂકી દીધો, પરન્તુ વાત એટલે વાયુ નહીં. પિત્ત એટલે ચક્રતમાં રહેલું પિત્ત નહીં તેમજ કફ એટલે છાતીમાંથી નીકળતું અલ્પમ તેમજ શ્લેષ્મ પણ નહીં. વાત, પિત્ત અને કફ તે આ રસપિંડોના પ્રવાહીજ છે. આ વિષય ઘણોજ ગહન છે. સમજવાથી એમજ થશે કે આજે આપણે વાત, પિત્ત, અને કફને સમજી શકતા નથી. જે આયુર્વેદ ભાર દબને દરેક દરદમાં પ્રથમજ ખોરાક ઉપર દરદનો આધાર રાખે છે, પછી વિહાર અને વ્યાયામ ઉપર આધાર રાખે છે, છેવટ શુચિપણાને નિવેદન કરી પછી દુકામાં વાત, કે પિત્ત અગર કફ ઉપર જાય છે તે

સિદ્ધાંત સાચો છે. વાત એટલે એકલી નર્વસ Nervous સીસ્ટમ સેસ્ટમ નહીં. આ વિષય આ રસપિંડનું વિજ્ઞાન સમજાયા પછી આપોઆપ સમજાય તેવો છે છતાં પણ તેના ઉપર સ્વતંત્ર વિચાર દર્શાવવાનો મારો મત છે જે પ્રકરણ અગીઆરમામાં દર્શાવેલ છે. હવે મૂળ વિષય ઉપર આવીએ. જો થાયરોઇડ નામના પિંડમાં ન્યૂનતા થાય તો ક્રિટીનીઝમ નામનું દરદ થાય છે અને આ દરદમાં જો થાયરોઇડનું સત્વ આપવામાં આવે તો તે ન્યૂનતાને પૂર્ણ કરે છે. તે દાખલા ઉપરથી પ્રથમ સિદ્ધાંત સમજાવો દર્શો. ન્યારે મીક્સ-ઇડીમા ખીજા વિભાગને પૂરો પાડે છે. ન્યારે થાયરોઇડમાં ન્યૂનતા આવે છે ત્યારે દરદી પ્રથમ ટાઢ વાયાની વધુ ફરીયાદ કરતો આવે છે તે વખતે જો થાયરોઇડનું સત્વ આપીએ તો તે દરદીને ટાઢ વધારે વાય છે. આવે વખતે ન્યારે આપણને એમજ જણાય કે તેને થાયરોઇડ ન્યૂનતા નથી છતાં પણ આપણે આપીએ તો તે ત્રીજા સીદ્ધાંતથી અને તે એકે ર્ધીરાલિસરણ વધારે કરવાની ઇચ્છાથીજ; અને જો ર્ધીરાલિસરણ વધે તો ગરમી થઇ ટાઢ ઉડે. આ ત્રીજો સિદ્ધાંત પૂરવાર થયો.

હવે આપણને વિજ્ઞાન કર્મની માહિતી ના હોય અને જો આપણે આ પિંડનું સત્વ આપીએ તો આપણને પ્રયોગોનો અનુભવ હોવો જોઈએ અને તેથી થતાં પરિણામો તે ચોથા વિભાગના સિદ્ધાંતમાં જાય છે. આવા વખતે આપણે શું કરીએ છીએ ? દરદીને થતાં સઘળાં ચિન્હો એકત્ર કરીને આપણે અમૂક સમૂહના ચિન્હોને એક નામ આપીએ છીએ અને તે નામ આપીએ ત્યારે એમજ સમજાય કે આટલાં આટલાં ચિન્હો જે દરદમાં હોય તે દરદ. આ છે. દાખલા તરીકે આપણે “સ્નાયુજન્ય નબળાઇ” લખીએ. જો રસપિંડ પ્રવાહી ઓછું હોય તો કાંઇ શારીરિક નિશાની જણાતી નથી પરંતુ દાકતર તે રસપિંડનું સત્વ આપે છે અને તેની અસરની રાહ જુએ છે. આ રીત જોકે બેહુદી છે છતાં પણ આ રસપિંડોનાં

સત્વો ઝેરવાળી અસર ઉપજવતાં નથી કારણ જ્યારે આપણે મિશ્રીત પિંડોના સત્વો (Pluriglandular) આપીએ છીએ ત્યારે જરૂર એવાં દરદો મુઘરે છે કે જેમાં દરદી આપણને ન સમજાય તેવા ચિન્હો બતાવતો હોય, અને બીજી દરેક સારવાર નિષ્ફળ નીવડી હોય. આ ઉપરથી એટલું સમજવું કે આવા પ્રયોગો ઉપરથીજ આ રસપિંડ ચિકિત્સા અસ્તિત્વમાં આવી છે અને જરૂર પાશ્વિમાત્મ્યો એક દિવસે ધિરે ધિરે સમજના થશે ત્યારે વાત, પિત્ત અને કફ ઉપર આવી આખરે યોગાસનના પ્રયોગો પણ શોધી કાઢશેજ.

આપણે કેમીસ્ટને ત્યાં જઈએ તો રસપિંડોનાં ઘણાં સત્વો તૈયાર દીકડી, ગોળાઓ અને પ્રવાહીના રૂપે મુખવાટે લેવાનાં અને પિચકારીથી આમડી, ફસ અગર માંસપેસી વાટે લેવાનાં તૈયાર મળે છે પણ આ બધા પ્રયોગ પુરતાજ હોય છે. આપણે દરદીને લખી આપીએ છીએ અને તેની અસર જે બરોબર નથી જોતા તો પછી દરદી નારીપાસ થાય છે અને દાકતરને તેમાં ન્યૂનતા આવે છે. દાકતર દવા લખી આપે તેનાથી પણ સમજતું નથી કે આ દવા કયા દરદ માટે છે તેથી આપણે પુછવા ઉપરથી જાણીએ કે તેને થાઇરોઇડ કમિપણ્ણનાં ચિન્હો છે. થાઇરોઇડ સત્વ આપવાથી તેને આરામ મળે તો પરિશીષ્ટ ચિકિત્સાનો સિદ્ધાંત પૂર્ણ થયો ગણાય. આવી રીતે જે આપવાથી દરદ વધે તો એમ સમજવું કે આમાં ભૂલ થઇ છે. આ પ્રયોગ સિદ્ધાંત થયો. આવી ભાંજગડ કરતાં કરતાં પાશ્વિમાત્મ્યોએ આંતરિક રસપિંડોના કર્તવ્યને નક્કી કર્યા છે અને અમુક દરદોની ચિકિત્સા પણ આખાદ શોધી કાઢી છે.

આ ઉપરથી સમજવું હશે કે હજી ડૉક્ટરો અને દવા બનાવનારામાં મતભેદ છે. દવા બનાવનારામાં ડૉક્ટરો ખામી કાઢી શકે છે અને ડૉક્ટરોમાં દવા બનાવનારા ખામી કાઢે છે. દવા બનાવનારાઓએ થોડીક બનાવટો વેચવા તૈયાર કરી છે. દાખલા તરીકે આપણે પિત્ત (Bile) નું સત્વ આપીએ. થોડા પ્રમાણમાં ઝડો સાફ લાવે

અને વધારે પ્રમાણમાં રેચક છે, પરંતુ રેચક તરીકે આપણે એળાઓ, નેપાળો, નસોતર, કેલોમલ વિગેરે આપીએ અને ઝાડો સાફ લાવવા સોનામુખી, સંચળ, એરંડીયું આપી શકીએ. ન્યારે પ્રતિનિધિ દવા હોય ત્યારે તો તેમ અને પણ મીકસઈડીમામાં આપણે દવા ચું કરીએ ? આ જગ્યાએ આપણે થાયરોઇડ સત્વ આપવું જ પડે.

જે પિંડનું સત્વ લેવામાં આવે તે પિંડને તે સત્વ ઉત્તેજીત કરે છે અને તે અસર ધણો લાંબો વખત ચાલે છે. ન્યારે કોઈ અવયવ મંદતાને પામે ત્યારે આ રીત ઠીક પડે છે.

રસપિંડના સત્વનું બીજું વિરૂદ્ધ વર્તન એ થાય છે કે તે સત્વ બીજા અવયવના કામને બંધ કરે છે પ્લેસેન્ટા (Placenta) નું સત્વ સ્તન્ય ગ્રંથીઓના કાર્યને અટકાવી દે છે. ન્યારે અમુક અવયવને કામ કરતો બંધ કરી શરીરની જીવન શક્તિને સાત્ત્વમાં લાવવી હોય ત્યારે આ ચિકિત્સા લાગુ પડે છે. ગ્રેન્ડ ડીગ્રીઝમાં એડીનલીન આપવા બલામણુ થાય છે પણ એડીનલ્સ થાયરોઇડને ખરાબર કરે છે તેથી આ દરદ મટે છે. આ ઉપરથી ઉપરનો વિરૂદ્ધ ચિકિત્સાક્રમ પણ સમજાયો હશે.

બીજો એવો સિદ્ધાંત છે કે ન્યારે દરદીને કમજોરતા અગર અજીર્ણ હોય તેવા વખતે આંતરડા અગર હોજરીના રસપિંડોનાં સત્વો આપવાં. આ જગ્યાએ તે રસપિંડોને સુધારવાનોજ પ્રયત્ન છે (Substitution Therapy).

એમ કહેવામાં આવે છે કે ન્યારે આ સત્વો મુખવાટે આપવામાં આવે છે ત્યારે તે પ્રથમ હોજરીમાં જઈ પચન થાય છે અને પછી તે લોહીમાં મળી બીજા અવયવો ઉપર અસર કરે છે. આ સિદ્ધાંત સર્વ સાધારણ છે અને આના ઉપર ઘણોજ આધાર છે છતાં પણ રસપિંડોના સત્વ કરતાં બીજા ઘણી એવી દવાઓ છે કે જે તેવુંજ કામ કરે છે. થાયરોઇડનું સત્વ ડીજીટેલીસનું કામ કરે છે તે સ્પષ્ટ જ છે.

રસપિંડનું પ્રવાહી શરીરની ગરમી રાસાયનિક ફેરફારો સાથે જળવાઈ રાખે છે અને એક સત્ત્વ બીજને ઉત્તેજે છે તેથી આપણે રસપિંડોના સત્ત્વનું વર્ગીકરણ કરીએ.

રસપિંડ.	પ્રવાહી. (જીવન રસાયન)	કોના ઉપર અસર.
થાયરોઈડ	આયોડો થાયરીન	૧ રક્ત સંચાલકયંત્ર ૨ મગજ અને તેના સ્નાયુઓ. ૩ ચામડી.
પીચ્યુઇટરી સુપ્રારીન્સ. પાયલોરસ ડીઓડીનમ	પ્રીચ્યુઇટરીન. એડ્રીનલીન. સીક્રીટીન. સીક્રીટીનીન.	સાદી માંસ પેશીઓ. ઘડા પિંગળા તંતુઓ. હોજરી. ૧ પેન્ક્રીઆસ. ૨ લીવર.
પેન્ક્રીઆસ.	પેન્ક્રીઆટીકરસ.	આંતરડાં.
અંડાશય.		૧ ગર્ભાશય. ૨ સ્તન્ય ગૂંથીઓ.

ઉપરનું પત્રક ધ્યાનમાં લઈએ તો આપણને સમજાશે કે થોડું ઘણું તો આપણે દવે સમજી ગયા છીએજ. થાયરોઈડનું સત્ત્વ મળે છે તે જો આપણે દરદીને આપીએ તો તેના રક્તવદન ઉપર અસર થાય અને જ્ઞાનતંતુઓને ઉત્તેજે.

પરિણામે ગરમી શરીરમાં વધે, પેશાબ વધે અને તેના વાટે શરીરમાંથી કચરો નીકળી જઈ નવો ખોરાક લેવાની ઇચ્છા થાય અને પરિણામે શરીર ઉપર પૌષ્ટિક અસર થાય. જો થાયરોઈડમાં ન્યૂનતા થાય તો શરીર ઠંડુ પડે, નાડીના ધબકારા ઓછા થાય, રૂધીરાભિસરણ મંદમંદ થાય, બરડ અને સુકી ચામડી જણાય,

ખડખડચડા, ટુંકા અને નિર્માલ્ય વાળ ઉગે અને કબજાત થાય. આવા દરદીને જો આ સત્વ આપીએ તો દરદનાં ચિન્હ નાખૂંદ થાય છે અને શરીર તન્દુરસ્ત અને છે.

શરીરનો પ્રાથમિક વ્યાપાર આ જીવન રસાયન પ્રવાહીથી ચાલે છે. પ્રથમ આ અવયવો તૈયાર થાય છે અને શરીરનો વ્યાપાર ચાલુ થાય છે. મગજ અને જ્ઞાનતંતુઓ તો પછીથી ઉત્પન્ન થાય છે. મગજ અને જ્ઞાનતંતુ ઉત્પન્ન થયા પહેલાં આ શરીરનો વ્યાપાર મંદ મંદ ચાલતો હતો, પરંતુ મગજ અને જ્ઞાનતંતુ ઉત્પન્ન થયા પછી જીવન રસાયન પ્રવાહીનો આ વ્યાપાર ઝડપથી ચાલે છે એટલે કે આ વ્યાપારને તે ચલાવનાર નથી પણ તેના વડે તે જલ્દી ક્રિયામાં મૂકાય છે. હવે દરદને સુધારવા માટે આ રસપિંડો સુધારવા જોઈએ અને તે સુધારવા માટે ચિકિત્સિકોએ શા શા પગલાં લેવાં જોઈએ તે તપાસીએ:-સ્ટાલ્કિંગ સાહેબના શબ્દોમાં તપાસીએ તો એમ જણાય છે કે જો લોહીની અંદર મજેલા જીવન રસાયન પ્રવાહીને આપણે નક્કી કરી શકીએ તો પછી આપણે કહી શકીએ કે કયું પ્રવાહી કમિ છે અને તે જો જણાય તો પછી તેને પુરું પાડવા યત્ન કરીએ. આજ સિદ્ધાંત મુદ્દાનો છે. જીવન રસાયન પ્રવાહી લોહીમાં મળી જીવન વ્યાપાર ચલાવે છે તે આપણે સમજી ગયા છીએ અને જીવન રસાયન પ્રવાહીની લોહીની ગતી ઉપર અને હૃદય ઉપર પણ અસર થાય છે તે જાણ્યું. હવે તેવી અસરથી નાડીના ધબકારામાં ફેરફાર પડે છે અને તેથી જ આયુર્વેદ નાડીજ્ઞાન / મુખ્ય માન્યું છે. અંગુઠાની નજીક મૂળમાં ધબકારા તપાસીએ છીએ અને તેના ઉપરથી વાત, પિત્ત અને કફ જાણી શકાય છે. પાશ્વિમાત્મ્યો કહે છે કે જીવન રસાયન પ્રવાહી લોહીમાં જો પ્રથઃકરણથી નક્કી કરી શકીએ તો દરદીનું લોહી તપાસી કહી શકાય કે ફલાણા પિંડનું પ્રવાહી લોહીમાં વધારે છે અથવા ઓછું છે તેથી તેની તેવી સારવાર કરવી. રસપિંડ-



ચિકિત્સાનો આ મુદ્દો છે. આ શોધવા માટે રસપિંડ ઉપર પ્રયોગો ચાલે છે. દરદના ચિન્હો અને શરીરના જુદા જુદા અમુક ઉમ્મરે થતા ફેરફારો તપાસી વિદ્વાનો એવા મન ઉપર આવ્યા છે કે શરીરના પિંડનું સાત્ત્વ્ય જો કોઈ રીતે ફેરફારવાળું થાય અને જો પ્રવાહીમાં એવા ફેરફાર થાય તોજ શરીરમાં ફેરફારો થાય છે. આ સિદ્ધાંત ઉપર આલ્સ, યુવા અને વૃદ્ધ અવસ્થા આવે છે. આલ્સકાળમાં આયમસ નામનો રસપિંડ મોટો હોય છે અને યુવા પ્રાપ્ત થતા અદસ્ત થાય છે. જો આ રસપિંડ કાયમ રહે તો આલ્સ કાળ જેવુંજ શરીર રહે છે. આપણે ૫૦ વરસના ઘણાં માણસોને આળકો જેવાં જોઈએ છીએ તેનું તેજ કારણ છે. જો આપણે પ્રાણીઓના રસપિંડો માનવ શરીરમાં દાખલ કરીએ તો પ્રાણાચાર્યના ધાર્મી પ્રમાણે અસર થાય કે નહીં તે આપણે તપાસવાનું છે. આ સત્વો આપવા તે યોગ્ય છે કે નહીં તે પણ સાથે સાથે તપાસીએ.

રસપિંડોનાં સત્વો મુખવાટે આપીએ છીએ. આ સત્વો શુદ્ધ અને જંતુઓમય હોય છે. આ ઉપરથી તે મુખવાટે ન આપવાં એ સિદ્ધ થતું નથી. આ સત્વો હોજરીમાં જવાથી તેનું જીવન રસાયન પ્રવાહી નષ્ટ થતું નથી. વળી મુખવાટે પ્રવાહી લેવું તે સુલભ અને પ્રસિદ્ધ છે. પરંતુ તેને ગરમી આપવાથી તેની શક્તિ કમિ થતી નથી તેથી જો ચામડી વાટે, ફસ વાટે અથવા માંસપેશી વાટે શરીરમાં દાખલ થાય તો સારી અસર કરે, Sterile-શુદ્ધ અને જંતુ વિનાનું બનાવી શકાય; પરંતુ જો પ્રમાણમાં વધારે હોય તોજ બની શકે કારણ પીચકારીમાં લઘુ દાખલ કરતાં સુધીમાં થોડું પણ તેમાંથી નષ્ટ થાય છે. કેમીસ્ટોએ આવાં સત્વો મુખવાટે, અને ઇન્જેક્શનથી શરીરમાં દાખલ કરવા તૈયાર કર્યાં છે અને આ સત્વો વેચાતાં મળે છે.

હવે આપણે તપાસીએ કે આ સત્વો લેવાં તે વ્યાજબી છે કે નહીં ? ધર્મ અને નીતિને બાધ આવે એવા પદાર્થો લેવા કરતાં તો

નિર્દોષ ઔપધાપચારથી જીવન ટકાવવું સાઈ છે. જે વનસ્પત્યાહારી છે તે તો આ કચ્છ રાજ્યે પરન્તુ પ્રાણીજન્ય ખારાક ખાનાર કદાપી સ્વિકારશે નહીં. તેવાઓને મારી સલાહ છે કે એક વખત તમે નિર્દોષ એવા યોગવિદ્યાના પ્રયોગો કરી જુઓ અને પછી જુઓ કે તમે નંદુરસ્ત બનેા છો કે નહીં. આયુર્વેદમાં નિર્દોષ પ્રયોગો ઘણા છે તે તમે જુઓ. વેદો, દષ્ટીમે, પ્રાણાચાર્યો અને દેશના ડોક્ટરો, તમે હિન્દનાં રત્નો છો અને આયુર્વેદનો ઉદ્ધાર કરો. ઝીણા પ્રશ્નો બરાબર સમજો અને દરેક સુત્રોને પચાવો તેમજ તેના બરાબર અર્થ કરો તોજ દેશમાંથી દરદેનો નાશ થશે. જેમ જેમ વખત વધી જાય છે તેમ તેમ દેશમાં ખાન-પાન, વ્યાયામ અને ઋતુચર્યા તરફ બેદરકારી વધતી જાય છે.

આ સ્થિતિ જાંમે વખત ટકશે તો તન-ધન એક બાજુથી નબળું થશે. ખીજી બાજુ કેળવણી લેના સઘળા નોકરી શોધશે એટલે તો પછી દેશની પુરે પુરી કમજબતીજ થવાની છે. વેળાસર નહીં ચેતો અને આ સ્થિતિનિ શરીર અને મનની રહેશે તો પરિણામ શું આવશે તે વાંચક તુંજ કહ્યા લે. સુધરજો દો, બાઈ ! આવજો ! આમીન .

### પ્રકરણ ૩ જી.

થાયરોઈડ અને પેરાથાયરોઈડ નામના રસપિંડો.

શરીરમાં રહેલી સઘળા ગ્રંથીઓમાં રસગ્રંથી અને રસપિંડો ઉપયોગી છે અને તેમાં પણ થાયરોઈડ નામનો રસપિંડ મુખ્ય છે. શરીરમાં ઘણા થોડા અવયવો છે કે જેની સાથે તેનો સંબંધ નથી. જનન-રસપિંડો, મુખારીનક્ષ અને ઈડા-પિંગળા વિભાગની સાથે તેને

સંબંધ છે. હંદગીની મુંદર કુસુમિત દશા તે યુવાવસ્થા. સંસારનું સારત્વ તે યુવાવસ્થા. જે વખતે મન રમણીઓના અધરામૃતમાં ફરતું હોય; જે વખતે કર્ણ કોકિલ કંડીના પ્રિય, મધુર અને મૃદુલ શબ્દો સાંભળવા ઉત્સુક હોય, જે અવસ્થામાં ચક્ષુ રૂપી ચક્રાર પક્ષીઓ મનોહારી મુખ્યાઓના પૂર્ણેન્દુ સમાન વદન તરફ આકર્ષાય છે, જે અવસ્થામાં ઇન્દ્રીયો વિકસી પીનપયોધરા અને કડીન કુચાડ્યા તરફ આકર્ષાય છે એવી મુંદર અને મનોહર યુવાવસ્થામાં આ રસપિંડ વિકસિત થાય છે. આનંદ, શોક, દુઃખ અને જુદી જુદી મનની લાગણીઓનો આધાર આ રસપિંડના પ્રવાહી ઉપર છે. યુવાવસ્થાના અવયવો ખીલે છે તેની સાથે આ પિંડ ખીલતો હોવાથી તે બન્નેનું અરસપરસ અવલંબન છે. મનની તમામ રિથિતિનો આધાર આ રસપિંડના પ્રવાહી ઉપર છે.

આ રસપિંડને લોહી પુષ્કળ પુરૂં પાડવામાં આવે છે. તે ઝીણા ઝીણા ગોળ કેળાંનો બનેલો છે અને દરેક કેળાના ફરતું અસ્તર હોય છે. આ અસ્તરના કેળા, લંબાઇવાળા અગર ચારસને મળતા છે. ઇડાપિંગળા વિભાગની નસો અને ગળાની નસો તેને સંપ્રાપ્તાન આપે છે. આ પિંડના કેળામાં અમુક પદાર્થ છે. તે દારૂ, ઇથર અથવા પાણીમાં ઓગળતો નથી અને જો તેને સુક્ષ્મદર્શક ચંત્રથી તપાસીએ તો તેનો રંગ ઇંચોસીન અને હીમેટોક્રીલીન નામના રંગથી ચડે છે. તે જે પ્રવાહી તૈયાર કરે છે તે સંધરી રાખે છે. આ રસપિંડ હાયોડ નામના હાડકાના મધ્યભાગથી જરા નીચે ડાકના આગળના મધ્ય ભાગમાં આવેલું છે. તેના ત્રણ ભાગ છે. બે ભાગ બે બાજુ પ્રસરે છે અને ત્રીજો ભાગ ઉપર જાય છે. આ રસપિંડને ફક્ત તથા રક્તવાહીનીઓ પુષ્કળ લોહી પુરૂં પાડે છે અને લઇ જાય છે. તેમાંથી એક નળી નીકળે છે અને તે જીભના પછવાડેના ભાગમાં ઉઘડે છે. આ નળી દ્વારા રસ હોજરીમાં થઈ આંતરડામાં જાય છે અને ગર્ભની અંદર બાળક પોતાનો વ્યાપાર ચલાવે છે. યોગી લોકો ખેચરી મુદ્રા

કરે છે તે યાદ હશે. જીભ નીચેની નસ કાપીને જીભને પછવાડે વાળે છે અને જીભના ટેરવાથી તાળવામાંથી ઝરતો રસ આ મુદ્રા દ્વારા ચાખી શકે છે. આને અમૃત માને છે. આ છીદ્રનો રસ પણ તેવો જ છે. મગજનો રસ અને આ છીદ્રમાંથી ઝરતો રસ બન્ને પેટમાં જાય તો ક્ષુધા શાન્ત થઇ દીર્ઘ જીવી થવાય છે. ગર્ભાશયમાં બાળક હોય છે ત્યાં મુધી પરમાત્મા આ છીદ્ર ખુલ્લું રાખે છે પરંતુ બાળકનો જન્મ થતાં ધીરે ધીરે આ છીદ્ર બંધ થઇ જાય છે અને મધુરી યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થતાં આ છીદ્ર તદ્દન બંધ થઇ જાય છે. બાહ્યાવસ્થામાં રસ હોજરીમાં જઇ પચન થાય છે તેથીજ થાયરોઈડનું સત્વ પણ આપવામાં આવે તો પચન થઇ લોહીમાં મળી જરા સ્ફૂર્તિ આપે છે. જનાવરની ગ્રંથી કાપી તેનું સત્વ બનાવી શરીરમાં દાખલ કરવામાં આવે છે પણ તે લેવાથી તો વળી આ માનવીની કાયા કાંઈ પૂર્ણ આનંદ અનુભવે ખરી કે ? આ દેહ પિંજર એક દિવસ પડી જશે. અગ્નીમાં ભરમીભૂત થશે અગર તો માટીમાં મળી જશે. ગમે તેટલું જતન કરો પણ આખર તો પડી જશે માટે દરદ મટાડવા ક્ષણિક તાકાત શા કામની ! વાંચક, થા તૈયાર અને કર રાજવિદ્યાના પ્રયોગો. છે તાકાત ? ચિરંજીવ બનીશ, ઇશને પામીશ, અને ચિરાનંદને પ્રાપ્ત થઈશ ! ખેચરી મુદ્રા અને સિદ્ધાસન એ બે આ છિદ્રને ખુલ્લાં કરવાના રસ્તા છે. નાકથી પાણી પીવાથી રસ્તો ખુલ્લો થશે, માટે છે હિમ્મત ? વાંચક ! કમર કસ અને થા તૈયાર. અનંત જન્મો આ ભવાટવીમાં ભટકી ભટકીને વિનાવ્યા. હવે તો જરા ચેત ! કોઇ વખતે મહા પ્રાસાદમાં શીતલ જાયા તળે પીનપયોધરાના કોમળ હસ્તના પંખાથી પવનનો આસ્વાદ લેતા દિવસો ગયા હશે તો કોઇ વખત કૌપિનધારી થઇ ભિક્ષા માગનાં પણ પેટ ભરાતું નહીં હોય. નમઃ કર્મણે. આ બધી માયાદેહ છોડી હવે તો ચેત, અને આત્માના અમરપણા તરફ જો. અસ્તુ. સ્ત્રીના ઝેરી શ્વાસો શ્વાસમાં દીન અને મીન બની પાછો હીશ નહીં હો ! પણ જરૂર જીવન સાર્થક કરજો હો !

પાશ્ચિમાત્રે આટલે સુધી પહોંચ્યા છે. યુવનમાં તાકાત લાવવા તેમજ અમુક દરદા મટાડવા માટે તો તેમણે થાયરોઈડનું સત્વ તૈયાર કર્યું છે. પણ તે વાપરવા કરતાં બીજી રીતે વધારે દીર્ઘાયુષી અને નિર્દોષ થવાય તે રીતનો અંગીકાર કરવો તે વધારે ઇચ્છનીય છે.

થાયરોઈડ પેતાનું પ્રવાહી મંધરી રાખે છે અને તેનો ઉપયોગ જરૂર પડતો થાય છે. અમુક વખત જતાં આ રસપિંડ થાકી જાય અને મીકસ-પ્રાડીમાં મળતાં ચિન્હો ઉદ્ભવે છે. આ દરદનું વર્ણન વૈદક પુસ્તકોમાં આપેલું છે તેથી અત્રે વાંચકને કંટાળો આપવાની જરૂર નથી ધારનો છતાં પણ આ પ્રકરણના અંતે ટુંક વર્ણન આપીશું. થાયરોઈડનું સત્વ આયોડોથાયરીન છે. આ સત્વ ખુટી જવાથી થાયરોઈડના કમિપણાંનાં ચિન્હો ઉદ્ભવે છે. આયોડોથાયરીન આપવાથી શરીર કૃપ થાય છે. શરીરમાંથી નાઇટ્રોજનવાળા પદાર્થો જાય છે. પેશાબ વધારે થાય છે અને પેશાબમાં પિત્ત પણ જાય છે. કમળાની ચળમાં જો આ આયોડોથાયરીન આપીએ તો ચળ મટી જાય છે. લાંગેલું હાડ ન સંધાતું હોય તો સંધાય છે. શરીરમાં ગરમી વધે છે. નાડના ધબકારા વધે છે અને શરીરની ગરમી પણ વધે છે અને ગ્લાયકોજન નામનો પદાર્થ પેશાબ વાટે જાય છે.

પેરાથાયરોઈડ નામના રસપિંડો ચાર છે. ડોકની મધ્ય લાઇનની બન્ને બાજુ ઉપર થાયરોઈડની અગાડી બન્ને આવેલા છે. આ રસપિંડના કોષો થાયરોઈડથી જૂદા છે અને તેને લોહી નીચેની થાયરોઈડ રક્તવાહીની વડે પુરું પાડવામાં આવે છે. આ ઘણાજ ત્રીણા રસપિંડો છે અને થાયરોઈડ સાથે મળી ગએલા છે. તેના ફરતું એક અસ્તર હોય છે. આ અસ્તર પેરાથાયરોઈડથી જુદું પાડે છે અને જોડે પણ છે. થાયરોઈડનું વજન ૩૦ ગ્રેન જેટલું છે તેનાથી થોડું વજન પેરાથાયરોઈડનું છે. નાના, ચોખ્ખા અને દાણા દાર કોષો અને ઓક્સીફીલ, ચરબીવાળા અને ગ્લાયકોજનવાળા

મોટા કેપો આમાં છે. થાયરોઇડના સત્વમાં આયોડીન છે જ્યારે આમાં નથી.

પ્રયોગો જુદા જુદા કરવાથી થાયરોઇડ-પેરાથાયરોઇડ અવ-યવની અસર જણાય છે. જે આ પેરાથાયરોઇડ કાપી નાખવામાં આવે તો આંચકી-તાણુ આવે છે અને પરિણામે માણસ મરી જાય છે, માણસ થાકી જાય છે, માંસ પેશીઓ નબળા પડે છે, સોજા આવે છે, શરીર ફીકકું પડે છે, અને ચામડી નીચેના તંતુઓ જડા થાય છે, બુદ્ધી મંદ પડે છે, ફેર અને ચક્કર આવે છે, હૃદયમાં દરદ અને બંધ થઇ જવાના હુમલા થાય છે, અને ધનુર્વા જેવી તાણુ અથવા ખેંચતાણુ થઇ આખરે મરણ નિપજે છે.

આ ઉપરથી સિદ્ધ થાય છે કે પેરાથાયરોઇડને મગજ અને તેના તંતુઓ ઉપર કાણુ રાખવાનો અધિકાર છે અને તે એકઃએવા પ્રકારનું સત્વ તૈયાર કરે છે કે જે નહોય તો શરીરનું અમુક ઝેર બહાર ન નીકળવાથી મગજ ઉપર અસર કરે છે અને પરિણામે તાણુ-આંચકી આવી મૃત્યુ થાય છે. કાનનું Oto-sclerosis નામનું દરદ થાય છે તે આ રસપિંડના પ્રવાહીમાં ફારફેર થવાથી થાય છે. અને પીચ્યુઇટરી અને થાયરોઇડને વિજળી આપીએ તો આ પેરા-થાયરોઇડ સુધરી પોતાનું કામ બરોબર કરે છે તેથી એમ સમજાય છે કે પેરાથાયરોઇડ પણ એક ખાસ ઉપયોગી રસપિંડ છે.

જનાવરો ઉપર આવા પ્રયોગો કરવાથી સિદ્ધ થયું છે; અને તેથી સાબીત થાય છે કે પેરાથાયરોઇડ અને મગજને સંબંધ છે. શરીરમાંથી નાયટ્રોજનવાળા પદાર્થો બહાર કાઢવામાં આ રસપિંડ મદદ કરે છે અને શ્વાસોચ્છવાસની ક્રિયાને મદદ કરે છે. થાયરોઇડનું પ્રવાહી જે પદાર્થો બહાર કાઢવા જોઇએ તે ન કાઢે તો શરીર દરદી બને છે અને જે વ્યાપાર શરીરનો ચાલે છે તે આ પ્રવાહીના આધારે જ ચાલે છે. જે થાયરોઇડને કાપી કાઢવામાં આવે તો

એકદમ મૃત્યુ થતું નથી પરંતુ જે નાયટ્રોજન વાળા પદાર્થો બહાર નીકળવા નેહએ તે નીકળતા નથી તેથી શરીરમાં કચરો વધી જાય છે અને શરીરની ચામડી થેચરવાળી અને જાડી થાય છે. વાળ પોતાનો કુદરતી ચળકાટ ગુમાવે છે, ખુરસટ થાય છે, ખરડ અને છે અને ખરી જાય છે. શરીર કાળાશ મારે છે, પેટ વધી જાય છે અને આગળ લગ્ન પડે છે. જનન અવયવો નિરનેજ અને શક્તિ વિહોળા થાય છે અને વૃદ્ધી પામતા નથી. શરીર ટીંગાણું અને બાળક જેવું રહે છે. શરીર ઠંડુ રહે છે; અને નેકે મૃત્યુ થતું નથી પરંતુ શરીર ઘાણું જ દુર્ગંધ અને છે. શ્વાસોશ્વાસ ધીમા પડે છે અને શરીરમાં પાંદુતા આવે છે. આવી નબળા સ્થિતિમાં જંતુઓનો હુમલો શરીર સહી ન શકે તે તો કુદરતી જ છે અને જંતુઓનો હુમલો થતાં માણસ અમુક રોગનો ભોગ થઈ મૃત્યુ પામે છે.

આ ઉપરથી સમજાયું હશે કે થાયરોઇડ એક રસપિંડ છે. It is an endocrine (secreting organ) અને તેનું પ્રવાહી લીમ્ફમાં મળે છે. અને જે કાપી કાઢીએ તો ઉપરનાં ચિન્હો ઉદ્ભવે. જેના શરીરમાંથી થાયરોઇડ કાપી કાઢી લીધું હોય તેવાને ઉપરનાં ચિન્હો શરૂ થાય છે. જે તેવા દરદીના શરીરમાં થાયરોઇડ રસપિંડનો કકડો ચામડી નીચે ચોડી દેવામાં આવે તો તે ચિન્હો શરૂ થતાં નથી; અથવા જે તેનું પ્રવાહી ચામડીવાટે પિચકારીથી દાખલ કરવામાં આવે અને તેના સત્વની ટીકડીઓ મુખવાટે અપાય તો પણ આ ચિન્હો શરૂ થતાં નથી. આ ઉપરથી સાબીત થાય છે કે શરીરમાં થાયરોઇડ એક ઉપયોગી રસપિંડ છે, અને તેના કોષો તેવા સત્વને તૈયાર કરવામાં ઉપયોગી લાગ લજવે છે; અને તેમાં આયોડોથાયરીન નામનું સત્વ આયોડીન અને નાયટ્રોજન મિશ્રિત હોય છે. થાયરોઇડને મદદ કરતા પેરાથાયરોઇડ નામના ચાર રસપિંડો છે. કેટલાક માને છે કે તેઓ સ્વતંત્ર છે

પરન્તુ થાયરોઈડના કાઠી લીધા પછી પેરાથાયરોઈડ મોટા થાય છે અને તે તેનું કામ કરે છે તેમજ પેરાથાયરોઈડના કાઠી લીધા પછી થાયરોઈડનું સત્વ પીચકારીથી દાખલ કરીએ તો તાણુ બંધ થાય છે. પેરાથાયરોઈડસ ચુનાના પ્રમાણને જાળવી રાખે છે. પેરાથાયરોઈડને કાઠી લીધા પછી આવતી તાણુ ઉપર કેલ્સ્યમ લેકટેસ અસર કરે છે. પેરાથાયરોઈડસ કેલ્સાક સ્વતંત્ર માને છે અને તેને કાપી કાઢતાં માણસના શરીરમાં તાણુ આવે છે, ગરમી ઓછી થાય છે, શ્વાસોચ્છવાસ વધી પડે છે, નાડી ધીમી પડે છે અને મૃત્યુ થાય છે. ઉલ્ટી, ઝાડા થાય છે અને તરસ ઘણી લાગે છે. પેશાબમાં ઝેરી પદાર્થ જાય છે અને પેશાબ ઘણોજ ઝેરી આવે છે અને તેમાં સાકર અને આલ્ક્યુમીન જાય છે.

આ રસપિંડના પ્રવાહીમાં ગ્લોબ્યુલીન, આલ્ક્યુમીન અને નકલીઓ પ્રોટીડસ અને તેથી તેને આયોડાઇડ ગ્લોબ્યુલીન કહીએ તો પણ ચાલે. થાયરોઈડ અને પેરાથાયરોઈડનું પ્રવાહી લીમ્ફવાટે ઉપરની વીનાકેવા નામની ધોરી નસમાં થઇ હૃદયમાં જાય છે અને લોહીના રાતાં રજકણોમાં મળે છે. It also acts as an oxidizing agent. થાયરોઈડ ફોસ્ફરસ ઉપર પણ અંકુશ રાખે છે, ફોસ્ફરસમાં તેનું પ્રવાહી મળી તેને બહાર કાઢે છે, થાયરોઈડ અને એડ્રીનલ બન્નેના પ્રવાહી એકત્ર થઇ આ ફોસ્ફરસને બહાર કાઢવાનું કાર્ય કરે છે. થાયરોઈડનું સત્વ જુનાં ચામડીના દરદોમાં અપાય છે.

આટલું સમજ્યા પછી હવે થાયરોઈડ પેરાથાયરોઈડનાં દરદો તપાસીએ:—





## પ્રકરણ ૪ થું.

થાયરોઇડ અને પેરાથાયરોઇડનાં દરદા અને ચિકિત્સા.

થાયરોઇડ રસપિંડ શરીરની ગરમીને વંધારે છે. તે ખાસ કેષ્ઠસે કે જેમાં સવાર સાંજની ગરમી અકુદરતી (Subnormal) હોય તેમાં અસર કરે છે, ચરબી ઘટાડે છે અને નાડીના ધબકારા અકુદરતી વધારતું નથી. જુખ લાગે છે અને માનસિક શક્તિ વધે છે.

It heightens the process of weight and repair.

અકાળે શરીર ઘસાઈ અને જૂદા જેવું જણાય તો થાયરોઇડ સત્વ ઘટયાની નિશાની છે—અને તે આપવાથી હૃદય, યકૃત, આંતરડા, મુત્રાશય અને તમામ અવયવોમાં જાગૃતી આવી જાય છે.

**કિટીનીજમ**—આ દરદ નાનાં બાળકોને થાય છે. અમુક ભાગમાંજ દરદ થાય છે તે અને જવલેજ કોષ બાળકને થાય છે એવા બે વિભાગ આ દરદના છે. જે વખતે શરીર ખીલતું નોંધાયે તે વખતે જે થાયરોઇડ નામનો રસપિંડ તેનું કામ ધીમું કરે અને તેના પ્રવાહીમાં ફેરફાર થાય તો બાળકનું શરીર ખીલતું બંધ થઈ જાય છે. નાક ચપટું થાય છે. જીભ અને હોઠ જડા થાય છે. માથાના વાળ ટુંકા અને ખરડ થાય છે. ચામડી ફાટેલી, ખરસટ અને કાળી પડી જાય છે. શરીરની ગરમી ઓછી રહે છે અને બાળકની શુદ્ધિ કુંડીત થઈ ગાંડપણ જેવું જણાય છે. આવા બાળકની સારવાર રસપિંડના સત્વથી કરવી. થાયરોઇડનું સત્વ ઓછામાં ઓછું ૦.૧ ગ્રેન આપવું અને જેવું કે તેની ગરમી કુદરતી થાય છે કે નહીં. જે તેમ થાય તો તેજ માત્રાકાયમ રાખવી. દરદી પોતાની શુદ્ધિમાં પણ પ્રગતી કરે છે અને દરેક ચીજ ઓળખે છે, ગાંડપણ શાન્ત થવા લાગે છે. વધારેમાં વધારે દસ ગ્રેન સુધી આપી શકાય છે પણ વધારે આપવા જતાં કદાચ લાભને બદલે હાની વધારે થવાનો સંભવ છે અને તેનું

કાર્ય કરી શકે નહીં તેથી માત્રા વધારતાં ખાસ કાળજી રાખવી. આ દવા રાત્રે આપવી તે ઠીક પડશે અને દવા આપ્યા પછી સુષ્ક જ રહેવું.

**મીકસ-ઇડીમા**—આ દરદ મોટા માણસને થાય છે. નાના બાળકોને થાય તે ક્રીટીનીઝમ કહેવાય અને મોટાને થાય તે મીકસ-ઇડીમા કહેવાય છે. ન્યારે આ દરદ શરૂ થાયછે ત્યારે પ્રથમ બૂખ ઓછી લાગે છે. શરીરમાં ચરબી વધવા માંડે છે. શરીર સુસ્ત બને છે અને ચહેરા ફિક્કો, પિળો અને નિસ્તેજ થાય છે. ચહેરા ઉપર કુદરતી તેજ અથવા યુવાવરચાનું તેજ હોતું નથી. વાળ ઘોળા થઇ ખરવા માંડે છે, દાંત. અને નખ કુદરતી ચળકાટ ગુમાવે છે અને સડવા માંડે છે. નાક ચપટું અને જીલ જાડી પડે છે તેથી બોલવામાં જરા વાંધો આવે છે. શરીરે પરસેવો વળતો નથી છતાં ટાઢ વાય છે. મગજની શક્તિ ઓછી થાય છે અને સુસ્તિ ભરાઇ માનસિક કામ થતું નથી. મન ભટક્યા કરે છે અને વ્યગ્ર રહે છે. શરીરની ગરમી ઓછી થાય છે અને શીયાળામાં તો ચાઠાં પડી જાય છે. થાય-રોઇડ તદ્દન નાનું બને છે અને તેનું કામ કરતું લગભગ અટકી પડ્યા જેવું જ થાય છે. હાથ કોદાળી જેવા spade like થાય છે. હોઠ જાડા થાય છે. પેશાબની રપેસીશીક ગ્રેવીટી ઓછી રહે છે. પેશાબમાં યુરીયા જાય છે અને કોષ્ટિક કેષસોમાં આલ્ક્યુમીન પણ જાય ખરું છતાં પણ આલ્ક્યુમીન જવુંજ નેઇએ એવો નિયમ નથીજ. નાડી ઘણીજ ધિમિ હોય છે. હૃદય પણ ઘણુંજ મંદ પડે છે. અને જીલ જાડી તેમજ સુજેલી રહે છે.

આવા દરદીને જો થાયરોઇડનું સત્વ આપવામાં આવે તો નાડી, હૃદય અને શરીરની ગરમીમાં તુરત ફેર પડે છે અને શરીરમાં સ્ફૂર્તિ આવી શરીર હલકું થવા માંડે છે અને ખોરાક સારો પચે છે. આવા દરદીને કબજિયાત, ટાઢવાવી અને શરીરમાં ભારેપણું આવે છે તેથી આ રસપિંડનું સત્વ આપીએ તો કબજિયાત દૂર થાય છે.

ટાઠ વાતી નથી અને શરીર કૃપ થઇ રૂઝિતિ આવે છે. જ્યારે થાય-રોઘડ અપાતું હોય છે તે વખતે પેશાબ વાટે ચૂરીયા અને નાયટ્રો-જનવાળા પદાર્થો ખૂબ જન્ય છે. આવા દરદની સારવાર ટૂંકા વખત માટે કરવાથી દરદ નાખૂદ કરવાના યત્નમાં નાસીપાસ થવાનું અનુભવાય છે પરંતુ ઘણો લાંબો વખત વાપરવામાં આવે તો જ પરિણામ આશાજનક આવે ખરું.

**સખમિકસ-ઇડીમા**—આ દરદમાં મીકસ ઇડીમાના જેવાં બધાં ચિન્હો નથી થતાં પણ થોડા ઘણાં ચિન્હો તો જરૂર હોય છે જ. કોદાળી જેવા હાથ, જાડા હોઠ, અને માથામાં ટાલ એ જણાતું નથી. પરંતુ ફક્ત દરદીના વાળ અકાળે ઘોળા થાય છે અને ભમરનાવાળા ઘણાજ આછા થઇ જન્ય છે અને નાનાં બાળકમાં દાંત આછા થઇ જન્ય છે અને નાના બાળકમાં દાંત આછા આવે છે. મન અને શરીર સુસ્ત થાય છે કબજિયાત અને શરીરના અમુક ભાગમાં ચરબીનો ભરાવો થાય છે, માથું દુખ્યા કરે છે અને ઉધ આવે છે.

દરદી દાકતર પાસે આવી એવી ફરીયાદ કરે છે કે મારું મન ઉદ્વેગમાં અકારણુ રહ્યા કરે છે. શરીર સુસ્ત રહે છે. શક્તિ ઓછી જણાય છે. દરેક કામમાં કંટાળો આવે છે. માથું દુખ્યા કરે છે. કબજિયાત રહે છે. આવા દરદીને તપાસતાં ચાયરોઇડ પોતાતું કામ ખરોખર કરતું નથી એવાં ચિન્હો જણાય છે.

નેણના બહારના ભાગના વાળ છુટા છુટા હોય છે અને કેટલાકને તો નેણના કે ભાગના અંદરના વાળ હોય છે અને બહારના કે ભાગના વાળ બિલકુલ હોતાજ નથી. આ દરદમાં ચરબી આખા શરીર ઉપર નથી હોતી. પેટ, છાતી, છાતીનો પછવાડેનો ભાગ, ડોક ઉપર ચરબી ખૂબ હોય છે અને હાથ પગ પાતળા હોય છે અથવા તો હાથના મુકાબલે સાથળ ઉપર ઘણી ચરબી હોય છે. શરીરની ઝરમી ૯૮ ડીગ્રી સુધી કદી પહોંચતી નથી અને તેથી તાઠ વાથા

કરે છે. નાડી એક મીનીટે ૫૦ થી ૬૦ હોય છે. ઉડી આંખો, ગોળ ચહેરા, દોણા જેવું પેટ, ઘિરિ ગતિ અને વિચારમાં ધૂન રહેવાનાં ચિન્હો જણાય છે.

આ દરદમાં પણ થાયરોઇડ એક્સ્ટ્રેક્ટ આપવું.

**ચરખી-ઓએસીટી**—જ્યારે થાયરોઇડ પોતાનું કામ કરતું અટકવાને તૈયાર થાય છે ત્યારે તે પોતાનું પ્રવાહી બનાવી શકતું નથી અને તેથી જીવન રસાયન પ્રવાહી ઓછાં હોવાને લીધે શરીર ઉપર ચરખી ચડવા માંડે છે ત્યારે ઘણા લોકો એમ સમજે છે કે થાયરોઇડ રસપિંડ બગડ્યો છે માટે તેનું સત્વ લેવું. પરંતુ તેમ કરવાથી તો ઉલટાં પરિણામો આવે છે, કારણ થાયરોઇડના સત્વની માત્રા વધારે લેવાય તો ફાયદો થતો જ નથી માટે જેમ બને તેમ ઓછીજ માત્રા વાપરવી.

શરીરમાં જે વ્યય (Oxidation) અને ઘસારો (Elimination) થવો જોઈએ તે ન થાય તો શરીરમાં ચરખી વધે. સ્ત્રીઓ રજસ્વલા ન થાય તો બાલી જાય, એટલે કે ચરખી શરીર ઉપર ચડી જાય. આવા વખતે થાયરોઇડ, ઓવરી અને પીચ્યુટરીનાં સત્વો આપીએ તો ચરખી ઓછી થાય છે. આ ઉપરથી એમ સમજાય છે કે અમુક રસપિંડ કામ કરતો બંધ પડે એટલે જે કચરો બહાર નીકળવો જોઈ તે નિકળે નહીં અને શરીરમાં જે પદાર્થ ઉપયોગમાં લેવાઈ જવો જોઈએ તે ના લેવાય તો તે વધારાનો પડી રહે અને તે ચરખી રૂપે થઈ પછી શરીર બારે કરે.

The doses must be small in this case and the extract of thyroid will aid oxidation and elimination of waste nitrogenous products from the body through Urine and consequently *reduction in weight* and fat will be noticed.

ત્યારે શરીરમાં ચરબી વધવા માંડે છે ત્યારે માંસપેશીઓમાં પણ ચરબી વધે છે. હૃદયની માંસપેશીઓ ચરબીમય થાય તો હૃદય ખગડે અને ઓછું કામ કરી શકે. સારો ખોરાક લઇ ખેંચી રહેનારા સ્ત્રીઓને મહેનત વિના ચરબી ભરાય છે અને હૃદય નબળું પડે છે તેવામાં પણ થાયરોઇડ આપીએ તો ફાયદો થાય છે. જે અંડાશય (Ovary) કાઢી નાખીએ તો તેની મિત્ર ગ્રંથીઓ થાયરોઇડ, પિંચુ-છટરી અને સુપ્રારીનલમાં ફેર થાય છે. આ ચારનું જે જીવન રસાયન પ્રવાહી બનતું હતું તે અંડાશય કાઢી લીધાથી જેનું બનતું નોંધ્યે તેનું બનતું નથી કારણ એક રસપિંડનું પ્રવાહી ઓછું છે. આથી કરીને શરીરમાં એક રસપિંડનું પ્રવાહી બોમ્બ રસપિંડમાં મળી જીવનવ્યાપારને મદદ કરતું હતું તે કાર્ય અટક્યું અને શરીરમાં ફેરફાર થવા લાગ્યા. જે પુરુષોના વૃષણો કાપી કાઢવામાં આવે છે તેઓ પણ મગડા બને છે. હવે જે તેમને પિંચુછટરી, સુપ્રારીનલ અને ઓવરી અગર ઓર્કીડીકનાં સત્ત્વો આપીએ તો શરીર યરોયર બને છે. આ ઉપરથી એમ સમજાય છે કે કુદરતે આ રસપિંડોના પ્રવાહ શરીરમાં એવી રીતે છાટી મુક્યો છે કે તેના નિયમિત પ્રવાહથી શરીર નિયમિત રહે છે અને તેમાં ફેરફાર થવાથી શરીરમાં ફેરફાર થાય છે. શરીરમાં અતિ ચરબી વધે છે તેને ડરકમ્સ ડીઝીઝ અથવા એડીપોસસ ડાઇરો રોઝા નામનું દરદ કહીએ છીએ. આ દરદમાં પણ થાયરોઇડ વાપરતું. થાયરોઇડ વાપરવાથી ચરબી ઓછી થાય છે તેમજ વજન પણ ઘટે છે.

આ દરદમાં થાયરોઇડ સત્ત્વ ગાંઠો થી શરૂ કરતું ટીક પડશે.

**ટાકસીમીઆ—**થાયરોઇડનું કામ જે શરીરમાં આપણે જાણીએ તો આ દરદ થવાનું જલ્દી સમજી શકાય. થાયરોઇડ શરીરમાંથી ઝેર બહાર કાઢવાનું કામ કરે છે. શરીરમાં તે જંતુઓનો નાશ કરે છે અને જેમ ગળાનું સ્વચ્છ પાણી જવા દઇ કચરો અટકાવી રાખે છે અને બહાર કાઢે છે તેમજ આ રસપિંડ શરીર

રમાંથી કચરો બહાર કાઢે છે. જો આ કાર્યમાં વાંધો આવે તો નીચેનાં દરદો થાય છે:—

(૧) એકલેમ્સીયા સગભાં સ્ત્રીને થતું દરદ.

(૨) ડીટેની—તાણુ—પેરાથાઇરોઇડ બગડવાથી.

(૩) ઈપીલેપ્સી—વાઈ—તાણુ.

આ દરદનો અનુભવ ધણીને છે.

(૪) દમ—હાંફણુ—આસ્થમા.

(૫) જીર્ણુ—સંધીવા (Chronic Rheumatism)

(૬) માઇગ્રેઇન—આધાશીશીની માફક ચડતું માથું. સૂર્યાવ-  
ર્તને મળતું.

ઉપરનાં દરદો શરીરમાં કચરો ભરાવાથી ઉત્પન્ન થતા ઝેરથી થાય છે. આવાં દરદોમાં થાયરોઇડમાં સોજો આવે છે અને કેટલાક દરદીઓમાં તો થાયરોઇડ ક્યાં છે તે શોધી કાઢતું પણ મુશ્કેલ પડે છે, ન્યારે થાયરોઇડ પોતાનું કામ કરવા શક્તિમાન હોય છે ત્યારે તે મોટું થઇને પણ કરે છે પરંતુ ન્યારે વધારે પડતા કામને પહોંચી વળતું નથી ત્યારે તે શુષ્ક બની જાય છે. ન્યારે દરદીને કબજિયાત થાય છે તે વખતે આંતરડાંમાં રહેલ મળ સડવા માંડે છે અને તેની વિષારી અસર થાય છે. હૃદયની નબળાઈ થવી તે પણ આ વિષારી ચિન્હના આધારે જ છે. કબજિયાતનું દરદ થાય એટલે જરૂર સમજવું કે પીચ્યુઇટરી અથવા થાયરોઇડ બગડ્યું છે. હૃદય મંદ પડે, કબજિયાત થાય અને શરીરે ઠંડી લાગે એ બધું જીવન રસાયન પ્રવાહીની અશુદ્ધિને લીધે છે. તેથી જરૂર સમજવું કે કચરો ભેગો થયો છે અને તેને કાઢવા માટે જરૂર છે; નહીં તો દરદ વધી જશે અને શરીર ટકશે નહીં; કારણ ટૉક્સીમીયાનું દરદ લાગુ થશે. માથું દુખે, ખાવું ભાવે નહીં અને અજીર્ણ શરૂમાં થાય છે. આવા દરદીને તો જરૂર થાયરોઇડ ઍક્સટ્રેક આપવાથી ફાયદો થાય

છે. વિપારી સ્થિતિમાં ન્યારે શરીર જન્તુના હુમલાને ભોગ થઇ પડે છે તેવી સ્થિતિમાં લાંબો વખત માંદગી ટકે છે. આ વખતે થાયરોઇડ બચાવ કરે છે પરન્તુ બહુ લાંબો વખત માંદવાડ ચાલે એટલે તે થાકી નત્ય છે અને છેવટે જીવન રસાયન પ્રવાહી ઓછું થાય છે અને દરદ જીવલેણ બને છે.

એકલેમ્પ્સ્યા, વાઇ, દમ વિગેરે દરદોમાં આ રસપિડનું સત્વ આપવું ફીક થઈ પડશે. દરદનું રૂપ જોઇ સત્વ આપવાનું નથી પણ માત્રા બહુજ થોડી આપવી તે ફીક થઇ પડશે, નહીતો ફતેહ મળવી કઠીન થશે અને પરિણામે સારવારને માથે અપૂર્ણતાનો દોષ આવી પડશે.

**જીર્ણ સંધીવા-Chronic Rheumatism**—આ દરદ કાંઈ રસપિડના પ્રવાહીમાં ન્યુનાધિકપણથી થતું નથી પરન્તુ જે કચરો શરીરની બહાર જવો જોઈએ તે ન જવાથી થાય છે એ વાત તો જરૂર સાચી છે. શરીરમાં કચરો એકત્રિત થવાથી રક્ત વાહિનીઓ સંકોચાય છે અને સાંધાઓમાં સોજો આવે છે. સંધીવા અને સંધીવાથી થતાં સાંધાના દરદોમાં થાયરોઇડનું સત્વ ઉપયોગમાં આવેછેજ. સંધીવામાં ખોરાક પ્રોટીનનો ઓછો આપવાનો દરાવ છે તે આ નિયમની સાખીતી આપે છે.

**ચામડીનાં દરદો.** કેટીનીઝમ, મીકસઇડીમા, સખ-મિકસઇડીમા નામનાં દરદોમાં ચામડીના જે ફેરફારો થાય છે તેના ઉપરથી સાખીત થાય છે કે ચામડીના અમુક ફેરફારો લોહીમાં રહેલ અમુક ઝેરવાળા પદાર્થથી થાય છે અને જો જીવનરસાયન પ્રવાહી શુદ્ધ રૂપે લોહીમાં દાખલ થાય તો પછી ચામડીનાં દરદો થતાં નથી. શુદ્ધ પ્રવાહી હોય તો ચામડી શુદ્ધજ રહે છે. રસપિડો કુદરતી હોય તો ચામડી પણ કુદરતી રહે છે. આ લેખકનો અનુભવ છે કે ખરજવાં અને બીજા ચળને મળતા ચામડીનાં દરદો થાયરોઇડ સત્વથી જરૂર મટે છે.

**ચોરીયાનો વરમ અને વૃદ્ધી**—ન્યારે રસપિંડોમાં સાત્મ્ય નથી રહેતું ત્યારે લીમ્ફધારક અને વાહક અવયવો વૃદ્ધી પામે છે અને બાળકના શરીરનું અને બુદ્ધીનું વધવું બંધ પડે છે. પરિણામે શરીરની બધી લીમ્ફ-ગ્રંથીઓ મોટી થાય છે. થાયમસ નામનો રસપિંડ ઘટતો નથી પરંતુ વૃદ્ધી પામે છે તેથી શરીર આલ્પ રહે છે. ગળાના ટોન્સીલ—ચોરીયા વધે છે અને એડીનોઇડસ થાય છે તેથી બાળકને શ્વાસ લેતાં મુશ્કેલી પડે છે અને એક કેઇસમાં બાળક સુતા પછી શીષુ આવવાનું નજરે જોએલ છે. બાળક ઉંઘમાં મુતરે છે. આવા કેઇસોમાં જોકે થાયરોઇડ મુખ્ય તોફાન મચાવનાર નથી છતાં પણ તોફાન મચાવનારાઓમાંનું મુખ્ય તો છેજ. જનન અવયવોના રસ-પિંડો અને થાયમસ આમાં ખાસ લાગ લગવે છે. જે બાળકો તંદુરસ્તી ભોગવતાં હોય અને શરીર વધતું હોય તેવા બાળકના ચો-રીયા વધેલા હોય તો થાયરોઇડ આબાદ અસર કરે છે. જેને અંગ્રેજી માં ‘રોટસ-લોન્ડેટીકસ’ કહે છે. તેવી સ્થિતિમાં થાયરોઇડનું સત્વ હીક કામ આપે છે.

**રાત્રી-પેશાબ**—બહુ બાળકો અગર બાળકીઓની માતાઓ ફરીયાદ કરે છે કે તેઓ ખાટલામાં રાત્રે મુતરી જાય છે. જે કે આવા કેઇસો દવાખાને આવતા નથી પણ જે ડોક્ટરોને જનસમૂહ સાથે કામ હોય છે તેવાઓની પાસે એવા કેઇસો જરૂર આવે છેજ. છોકરી તેર વરસની થયા પછી સાસરે જાય અને ખાટલામાં મુતરે તે વખતે સ્વપ્નર પક્ષ તરફથી બુમ ઉઠે છે અને પિયરવાળા પણ કબુલે છે કે તેને તેમ થાય છે ખરું. આ વખતે માવતરો દવાખાને લાવે છે તે એમ સમજીને કે સાસરે ગયા પછી પોતાની બાળકીને આ ઉપાધીમાંથી મુક્ત થવું પડે. આવા વખતે આવા કેઇસો જેવામાં આવે છે. આ લેખકના જેવામાં પુરૂષો પણ એવાજ જેવામાં આવ્યા છે. અને બાળકીઓ પણ જેવામાં આવી છે. રાત્રે પેશાબ કરતા પુરૂષો અને સ્ત્રીઓ બાળક જેવા કોમળ દેખાવના, ઠીંગણાં, ઓછી



જુદીના, અને બહુ હોય છે. આવા દરદીઓમાં ચોરીયા મોટા હોય છે. આવા લોકોને થાયરોઇડનું સત્વ આપવું તે ઠીક પડશે.

આપણે જાણીએ છીએ કે મ્યુક્સ મેમ્બ્રેઇન જાડું બને છે અને પરિણામે “સ્ક્રીકટર મસલ” બરોબર બંધ થઈ શકતો નથી.

**માનસિક ફેરફાર**—દરદને બોગ મન અને શરીર બન્ને થાય છે. મન અને શરીર, જે રસપિંડો કુદરતી હોય તો, તંદુરસ્ત રહે છે. સંસારની ઉપાધી અને ફેરફારથી મન ઉપર આઘાતો થાય છે. અનિયંત્રિત, માનસિક ચિંતા, અનિકામ અને મગજનો બોજો રસપિંડના પ્રવાહીને બગાડે છે. એકાએક આઘાતથી મનને આઘાત પહોંચે છે. મન અને શરીર બન્નેનો આઘાત થાયરોઇડના પ્રવાહીના સાત્ત્વને વિખેરી નાખે છે અને તેમાં ફારફેર કરે છે. લડાઇમાં આઘાત થવાથી અગર દટાવાથી સૈનિકના મન અને શરીર ઉપર જે આઘાત થાય છે તેથી તેની નિદ્રા ઓછી થઈ જાય છે, નાણુ આવે છે, હૃદય એકદમ ચાલે છે, પરસેવો વળે છે. શ્વાસ અને પરસેવો ગંધાય છે. આવા ચિન્હો પછી દરદી બેહોશ જેવા હોય છે અને થોડા વખતે તેના થાયરોઇડ રસપિંડમાં સોજો આવે છે.

આ ચિન્હો થાયરોઇડના પ્રવાહીના કમિપણુ અને અધિકપણુનાં છે.

માનસિક આઘાત અને શારીરિક થાક થાયરોઇડના પ્રવાહીમાં ફારફેર જરૂર કરે છે તે સાબીત થયું છે.

**પરચુરણ**—શરીરમાં સોજા આવે છે એવાં દરદોમાં ડૉક્ટરો ઘણી વખત વિચારમાં પડે છે. આંખમાં Irido Cystitis થાય છે તે વખતે થાયરોઇડ સત્વ આપવાથી મટે છે. આપણે જાણીએ છીએ કે થાયરોઇડ જંતુને પહોંચી વળે છે અને ઝેરને શરીરની બહાર કાઢે છે.

કેટલાંક દરદો અને સોજાવાળાં દરદો ન સમજી શકાય ત્યારે “Rheumatism અથવા Gout” લખી નાખીએ તે વખતે થાયરોઇડ ઠીક પડે છે.

વાળ ઉગવાની જગ્યા ઉપર વાળ ન ઉગે તો થાયરોઇડી ઉગે છે અને નપુંસકતાના નમામ દરદોમાં થાયરોઇડ સારો કાયદો આપે છે તે આ લેખકનો અનુભવ છે.

આ ઉપરનાં બધાં દરદો થાયરોઇડના ન્યૂનપણાનાં છે. હવે અધીકપણાનાં ચિન્હો તપાસીએ. આજ સુધી આપણે ન્યૂનપણાનાં ચિન્હો તપાસ્યાં. તેનાં સામેનાં ચિન્હો અધિકપણાનાં છે અને તે “Graves Disease અથવા Exophthalmia Goitre” ના નામથી પ્રસિદ્ધ છે, અને તેમાં થાયરોઇડ ઉપર સોજો આવે છે. સોજો એક ભાગમાં અગર બન્ને ભાગમાં અગર નળીમાં અથવા બધામાં આવે છે અને રક્તવાહિનીઓમાં લોહી પુષ્કળ આવવાથી તે સ્ફેજ મોટું પણ જણાય છે અને સ્થેટોસ્કોપથી તપાસતાં અવાજ સંભળાય છે. આંખો ઉપડતી અને બદાર પડતી જણાય છે. બન્ને આંખો ઘણેખરે ભાગે ઉપડતી અને બદાર પડતી જણાય છે પરંતુ કોઇ વખત એકાદ પણ હોય છે. પોપચાં પાછાં ખેંચાનાં જણાય છે અને આંખના ગોખલાની રક્તનલીકાઓ સુજેલી હોય છે અને પાછલા ભાગમાં ચરબી પણ વધે છે તેથી આંખો બદાર પડતી જણાય છે. હૃદય જલ્દી ચાલે છે તેથી નાડીનો વેગ ૧૨૦-૧૪૦ હોય છે. હૃદય વ્રાગુંજ એતન હોય છે તેથી માનસિક અગર શારિરીક સાધારણ આઘાતથી પણ તેનો વેગ વધી જાય છે. વેન્ડ્રીકલ્સ વિસ્તૃત થાય છે. પરસેવો વધે છે અને વખતે આગળ પડતા કેઇસોમાં તાણુ પણ આવે ખરી.

કેટલાક દરદીને ફક્ત હૃદયની ગતીજ વધારે હોય છે અને તેના માટે ખાસ કારણ જણાતું નથી. અને કેટલાક કેઇસોમાં D. A. H. કહીએ છીએ તેમાં માનસિક કારણ પણ હોય છે. હૃદયની વધુ ગતી અને સ્ફેજ થાયરોઇડની વૃદ્ધિ “ગ્રેવ ડીઝીઝ”ની નિશાની છે.

થાયરોઇડ અને પેરા થાયરોઇડનાં સત્વનો ઉપયોગ—  
થાયરોઇડના સત્વની માત્રા જેમ બને તેમ ઓછીજ આપવી અને

પછીની માત્રાઓ પણ ઓછીજ રાખવી. ફક્ત મીક્સ ઇડીમામાંજ માત્રા રહેજ એક ગ્રેનથી વધારે રાખવી. થાયરોઇડનું સત્વ આપવાથી શરીરનો વ્યાપાર વધે છે અને કચરો બહાર જલ્દી નીકળે છે અને શરીરની ગરમી વધે છે. નાડી વધે છે. બુખ લાગે છે, પાચનશક્તિ વધે છે અને કબજિયાત દૂર થાય છે. શરીરનું વજન થટે છે. પસીનો આવે છે અને જો માત્રા વધારે હોય તો જરૂર તાણ આવે છે અને અશક્તિ પણ આવી જાય છે. શરીરમાંના તમામ તત્ત્વો અને જંતુઓ નકામા પદાર્થો, વિપારી ચીજોના ફેસફસને લોહીમાં રહેલા ઓક્સી-જનને ભાગ બનાવે છે અને તે સગળી ઉઠે છે.

એડીનલ્સ લોહીમાં રહેલા તમામ ઓક્સીજનને સંગ્રહી લઈ તેનું નિયમન કરે છે અને ઉત્તેજન આપે છે; ખાસ કરીને મગજ અને તેના સ્નાયુઓ કે જેની અંદર ફેસફસ વધુ પ્રમાણમાં રહે છે તેને વિશેષ ઉત્તેજ (Excite) છે; આ ઉપરથી સમગ્રયું દર્શ કે થાયરોઇડ શરીરના તમામ અવયવોને ઉત્તેજન આપી શકે છે. થાયરોઇડની માત્રા આપતી વખતે ત્રણ ચીજો જોવાની છે. નાડી, ગરમી અને વજન. જો થાયરોઇડનું સત્વ આપીએ અને ગરમી વધે તેમજ નાડીના ધબકારા વધે તો જરૂર જાણવું કે દરદીને થાયરોઇડનો પ્રવાહીમાં ન્યૂનપાત્ર છે. જેમ જરૂર શરીરમાં વધારે તેમ માત્રા ઓછી રાખવી જોઈએ અને શરીરની ગરમી તથા નાડી ઉપર ધ્યાન રાખવું. દવા શરૂ કર્યા પહેલાં થરમામીટરથી ગરમી માપી લેવી અને તે ૯૬-૯૭ માલમ પડશે અને પછી દરદીને થાયરોઇડનું સત્વ આપવું. બરોબર માત્રા અપાશે કે તુરત શરીરની ગરમી ૯૮ થઈ જશે અને નાડીના ધબકારા પણ ૭૦-૭૫ થશે. શરીરનું વજન પણ ધ્યાનમાં લેવું. જો કે મીક્સઇડીમાનાં કેસોમાં વજન ઘટશે અને ટોક્સીમીયામાં વજન વધે છે. મીક્સઇડીમામાં ન્યૂનપાત્ર ઘટાડી તેને પુનઃ કરવાનો દાખલો છે અને ટોક્સીમીયામાં ઝેરની અસર દૂર કરી જંતુઓનો નાશ કરવાનો દાખલો બંધબેસે છે. થાયરોઇડનું

સત્વ મુત્રલ છે તે આપણે પ્રથમ તપાસી ગયા છીએ અને તે ડીજ-ટાલીસ જેવું હૃદય ઉપર પણ કામ કરે છે તે પણ આપણે જાણીએ છીએ. ત્યારે શરીરમાંથી કચરો વધારે પ્રમાણમાં બહાર કાઢવાની જરૂર પડે ત્યારે તે સત્વ વાપરવું દરેક વૈદ્ય-ડોક્ટરને ઠીક પડે છે. મોટી માત્રાથી દરદીને વધારે વેદવું પડે છે. દરદીને થાક લાગે, નખ-ગાઇ જણાય ત્યારે દવા બંધ કરવી.

આપણે વૈદકના ગ્રંથોમાં થાયરોઇડ એક્સ્ટ્રેક્ટની માત્રા ૩-૧૦ ગ્રેન વાંચીએ છીએ. આ માત્રા ધણીજ મોટી અને ભયંકર છે. વધારે માત્રા આપવાથી ધારેલું પરિણામ આવતુંજ નથી. બનતા સુધી ૧/૪ થી ૧/૨ ગ્રેનથી શરૂઆત કરવી. છતાં પણ કેટલાક ૧/૧૦ જેટલી ઓછી માત્રાથી પણ શરૂઆત કરે છે; અને વધારેમાં વધારે ૧ ગ્રેન આપે છે.

ચોકખા થાયરોઇડ રસપિંડમાંથી કેમીસ્ટો સત્વ તૈયાર કરે છે અને થાયરોઇડીયમ સીકમ નામની બ્રીટીશ ફાર્માકોપીઆની બનાવટોમાં ઘણોજ ફેર છે. આ દવા ધણીજ સખત છે એટલે ૧/૧૦ થી ૧/૪ ગ્રેનની જે માત્રા છે તે માત્રા ચોકખા સત્વની છે. Fresh Extract.

હવે થાયરોઇડનું સત્વ બે રીતે આપી શકીએ. (૧) મુખવાટે, (૨) ચામડીવાટે.

મુખવાટે લેવા માટે ભુટ્ટી, ટીકડી, કેપ્સુલ્સ, અને પ્રવાહી ચાલે છે. ઘણેખરે ભાગે ટીકડીઓ વપરાય છે. ટીકડીઓ પ્રવાહીથી વધારે ટકે છે પરંતુ ટીકડીઓ બનાવતી વખતે જે જોર અપાય છે તેથી તેની ક્રિયાશક્તિ ઓછી થાય છે. બ્રીટીશ ફાર્માકોપીઆની બનાવટ થાયરોઇડીયમ સીકમ નામની છે તે બહુ વપરાતી નથી. તે જૂકીના રૂપમાં આવે છે. પ્રથમ ચરબીને કનેક્ટીવ ટીસ્યુથી જુદી પાડી શુદ્ધ કરી તૈયાર થાય છે તેથી તે ઘણુંજ સખત છે. લાયકર થાયરોઇડી

એક અઘવાળીયાથી જુનું નકામું છે. એ લીકસીર થાયરોડી આવે છે તે જો કે લાંબો વખત નથી ટકતું છે છતાં ફિક છે. જીલેટીનવાળી ગોળાઓ પણ ખબરમાં આ સત્વની મજા છે.

થાયરોઇડ સત્વ ચામડી અને માંસપેશી વાટે પણ અપાય છે. થાયરોઇડનું સત્વ આંતરડા અને હોઝરીમાં જલદી પચી જાય છે; તેથી તે મુખ વાટે વધારે સારી અસર કરે છે. ખીછ રીતે દવા કદી વાપરવીજ નહીં. ખાસ જરૂર પડે તોજ તેમ કરવું. સદા એજ નિયમ રાખવો કે મુખવાટેજ થાયરોઇડનું સત્વ આપવું.

દવા સુતી વખતે લેવી અને ૨૪ કલાકમાં એકજ વખત લેવી. અને દવા ચાલતી હોય તે દરમ્યાન શારીરિક અને માનસીક આરામ ખાસ જરૂરનો છે. જે દરદીને દવા એકદમ અસર કરતી હોય તેવા દરદીને દવા આંતરે આપવી. એક અઘવાળીયું અગર દિવસ આંતરે આપવી.

ટીટેનીના દરદમાં પેરાથાયરોઇડનું સત્વ આપવું. તાણ, કૃષતા, અને કેલ્સ્યમની ન્યૂનતા હોય ત્યાં પેરાથાયરોઇડ વાપરવું. કેલ્સ્યમની નિયામકતા આ પિડે ઉપરજ છે; અને શરીરના ઝેર ઉપર આની સાધી દેખરેખ છે. પેરાલીસીસ એજન્ટ-સમાં પેરાથાયરોઇડનું સત્વ અપાય છે. એકલેમ્પશીયા, વાઇ, ગ્રેન્ડીઝીઝ, અને કોરીયામાં પેરાથાયરોઇડ વપરાય છે. પેરાથાયરોઇડની યાત્રા ૧/૫૦ થી ૧/૪ ગ્રેન છે. જે જે કેઇસોમાં એમ જણાય કે શરીરમાં ખીજું કોઇ અવયવ ખમડયું નથી છતાં પણ શરીરમાં નબળાઇ, કૃષતા, વજનનું ઘટવું, વિષારી અસર, મગજ અને માંસપેશીની અસ્થીરતા જણાય છે ત્યાં પેરાથાયરોઇડ અખાદ અસર કરે છે.



## પ્રકરણ ૫ મું.

### પીચ્યુઘટરી રસપિંડ Hypophysis Cerebri

પીચ્યુટરીના ત્રણ ભાગ છે. આગળનો, વચ્ચેનો અને પાછળનો. આગળનો ભાગ સડુથી મોટો છે અને તે રસપિંડના કોષોનો બનેલો છે (Glandular=રસપિંડના કોષો=Cells or elements). તે ચાચરોઘડને મળતું રસ પ્રવાહી તૈયાર કરે છે. તે શરીરની ગરમી, શરીરનું વધવું, ચામડી નીચેના તંતુઓ, અને જનન અવયવ ઉપર અસર કરે છે. મગજમાં આ રસપિંડ છે; તેને જે કાપી કાઢીએ તો શરીરની ગરમી ઓછી થાય છે. આપણે જાણીએ છીએ કે પીચ્યુઘટરીનું સત્ત્વ આપવાથી શરીરની ગરમી વધે છે, પીચ્યુઘટરી કાપી નાખવામાં આવે તો જનન અવયવો વધતા નથી અને પુરુષ-ત્વના બીજાં ચિન્હો પણ પ્રતીત થતાં નથી. જે પીચ્યુઘટરીમાં ન્યૂન (Hypo) પહોં થાય તો ચરબી શરીરમાં વધે છે અને શરીરની ગરમી ઓછી થાય છે અને ચામડી સુંવાળી પડે છે. સ્ત્રીમાં નષ્ટ-તર્તવનું દરદ થાય છે અને પુરુષમાં શબ્દત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. આ બધાં ચિન્હો પીચ્યુઘટરીનો આગલો ભાગ કાપી લેવાથી થાય છે પણ પાછળના ભાગથી તેમ થતું નથી. પીચ્યુઘટરી કાપ્યા પછી માંસ-પેશીઓમાં ચલન શરૂ થાય છે (movements). શરીર શિથિલ થાય છે. શરીરની ગરમી ઘટતાં મૃત્યુ થાય છે. આ વખતે ચાચરો-ઘડમાં પણ ફારફેર થાય છે તેમજ વિચારશક્તિમાં પણ થાય છે. પીચ્યુ-ઘટરીના આગલા ભાગમાં પ્રવાહી વધે તો જે દરદો થાય છે તે હવે પછી તપાસીશું.

પીચ્યુઘટરીનો મધ્યભાગ જીવન વ્યાપાર (Metabolism) સાથે સંબંધ ધરાવે છે. આગલા અને આ ભાગના કોષો જીવંત છે. આ કોષોના બે ભાગ છે અને બંને પાછલા ભાગમાં મળી જાય

છે. આ મધ્યપિંડમાંથી જે પ્રવાહી થાય છે તે આ થરના રસ્તેથી ત્રીજા વેન્ટ્રીકલ સુધી જઈને મગજ અને ખરડાની કચોડના પ્રવાહી (Cerebrospinal fluid) ને મળે છે. જો આ પ્રવાહી વધે તો hyperglycomie and lower sugar tolerance થાય છે અને જો ઘટે તો hypo-Glycemia and increase Sugar Tolerance થાય છે. જેવી રીતે Grave disease ની અંદર થાયરોઇડના ફેરફાર થાય છે તેવું આમાં જ થાય છે. વાંચકે આ ખરાબર સમજવું જરૂરનું છે. થાયરોઇડનો વિષય વાંચ્યા પછી જળાયું હશે કે તેનું પ્રવાહી લોહીમાં મળે છે અને આ પ્રવાહી Cerebrospinal fluid માં મળી આખરે લોહીમાં જાય છે. આ પ્રવાહીનું ફરવું તેજ જીવન વ્યાપાર છે અને આ પ્રવાહીના સાતમ્ય ઉપર શરીરની તન્દુરસ્તી છે. પીચ્યુઇટરીનો પાછલો ભાગ જ્ઞાનકોષનો બનેલો છે. હવે આપણે આટલું પિચ્યુઇટરી નામના રસ-પિંડ વિષે જાણ્યા પછી તેના દરદોને તપાસીએ.

પીચ્યુઇટરી નામનો રસપિંડ ખોપરીની અંદર તેના તળાએ (floor) ની નજીક આવેલો છે. તે વટાણા Sella Turcica જેટલો છે.

તેના અતિપણાથી અને કમિપણાથી થતાં ચિન્હો જોઈએ એટલે તેનાં દરદોના બે ભાગ થાય. ન્યુન (dificiency= hypo-pituitarism) અને અધિક (Hyper-pituitarism) એવા બે ભાગ થાય છે.

Hyper-Pituitarism (Acromegaly)—આ દરદમાં હાડકાં બહુ વધી જાય છે. ચહેરાના અને હાથ પગના હાડકાં બહુ લાંબા અને જડાં થાય છે. બહુ મુત્તતા, ચરબીનો વધારો, ગ્લાયકો-સુરીયા, દ્રષ્ટિ પ્રદેશમાં ફેરફારો, માથાનું દુખવું, અને સ્ત્રીમાં નષ્ટર્ત-વનાં ચિન્હો થાય છે અને શરીરમાં નબળાઇ આવે છે. આ દરદ સ્ત્રીઓમાં વિશેષ જોવામાં આવે છે અને યુવાવસ્થામાં સાધારણ

રીતે થાય છે. શરૂઆતમાં માથું દુખે અને સાથે સાથે હાથ પગમાં કળતર થાય છે. પછી અશક્તિ આવવા માંડે છે, અને શરીર નબળું પડે છે. ધીરે ધીરે દરદનાં તમામ ચિન્હો જોવામાં આવે છે. ચહેરાનો દેખાવ ફરવા માંડે છે. નાક મોડું થાય છે. ચહેરો અને નીચલું જડણું આડું ફાટી વધે છે. કાન મોટા જડા થાય છે અને ભમરો વધારેપડતી ઉપડતી જણાય છે. આંગળીઓ જડી અને પાવડા જેવી જાય છે. હાથ પહોળા થાય છે. નખ ચપટા અને હાંસ વાળા થાય છે. શુભનો રંગ ફરે છે. ચામડી જડી થાય છે. optic atrophy and homianopia નાં દરદો થાય છે. કાંડામાંથી હાથ પાતળા પડી પંજા જડા થાય છે. પગ પછુ લાંબા જણાય છે. ખરાડાની કરોડ આગળ વધી “ફૂંપ” નીકળે છે. શરીર હીગણું અને ખેડોળ જણાય છે. શરીર છેવટે રાક્ષસી દેખાવમાં થાય છે. ઉપલાં ચિન્હો ન જણાય તો યુવાવસ્થામાં શરીર જેવું જોઈએ તેના કરતાં રાક્ષસી અથવા મોટા દેખાવનું અને જખંડ જણાય છે. અતી ઉંચુ, અતી જડું, અથવા બન્ને ગુણવાળું થાય છે.

શરીરના આ ફેરફાર સાથે રસપિંડમાં શા શા ફેરફાર થાય છે તે આપણે હવે તપાસીએ. કોષ વખત આ પિચ્યુઇટરીના ફેરફારથી આ દરદમાં થાયરોઇડ વધે છે અથવા ઘટે છે, અને થાયમસ નામનો પીંડ તેમને તેમ રહે છે. અને પીચ્યુઇટરીમાં પણ ફેરફાર થાય છે. સેલા-ટર્સિકા વિસ્તૃત થાય છે. એકોમીગેલીમાં પીચ્યુઇટરીની અંથી થાય છે. પીચ્યુઇટરીના ઉપર આવી ગાંઠ થવાથી ઉપરના ચિન્હો જણાય છે—કેટલાક કેષ્સોમાં hyper-pituitarism નાં ચિન્હો પણ જણાય છે અને કેટલાકમાં hypo-pituitarism નાં ચિન્હો પણ જણાય છે. કારણ એક વખતે તેનું પ્રવાહી વધે છે અને બીજી વખતે તેનું પ્રવાહી ઘટે છે. કેટલાક દરદોમાં gigantation નાં ચિન્હો જણાય છે અને કેટલાક કેષ્સોમાં Exophthalmic Goitre, Glycosuria ને મળતાં ચિન્હો



જાણાય છે-પીચ્યુઈટરીના વધવાથી આ દરદ થાય છે તે મત અત્યારે ફેરવવો પડે છે કારણ આ દરદ સાથે થાયરોઈડ પણ બગડેલું જ હોય છે. શરૂઆતમાં થાયરોઈડ અને એડ્રીનલ્સ પોતાનું કામ વધારે કરે છે, શરીરનું અતી વધવું અને અકાળે ઉમ્મરનું દેખાવું આથી જ થાય છે Browzing of Skin, પીચ્યુઈટરી થાયરોઈડને ગતીમાં ગ્રેરે છે તેથી પીચ્યુઈટરી બગડે તો તે પણ બગડે છે. આ ઉપરથી સમજાય છે કે આ રસપિંડોનું સાત્ત્વ જળવાય તોજ શરીર તંદુરસ્ત રહે છે.

Browzin of Skin હાયપર-થાયરોઈડીઝમનાં જે ચિન્હો હતાં તેને મળતાંજ પીચ્યુઈટરીના પ્રવાહીમાં ન્યૂનતા થવાથી ચિન્હો ઉત્પન્ન થાય છે. જેમ બન્ને પ્રાંથીઓ શરીરનો જીવન વ્યાપાર ચલાવે છે તેમ તેમાં ન્યૂનાધિક થવાથી વ્યાપારમાં દેખાવ તેનો પણ તુરત થાય છે.

મુખ્ય ફેરફારો ચામડી નીચેના તંતુઓમાં થાય છે. જે ચિન્હો હાયપો-થાયરોઈડીઝમમાં થાય છે તેનાથી વિરુદ્ધ આમાં થાય છે. ચામડી સુંવાળી અને લીસી જણાય છે. માથામાં વાળ પુષ્કળ હોય છે. પણ શરીર ઉપર જરા થોડા ઉગે છે. જનન અવયવના વાળ ઓછા હોય છે. અને ટુંટી તરફ ફેલાતા નથી. ગોળ હાથ પગ અને વાળ વિનાનું શરીર દેખાવમાં આ દરદને તુરત ખુસ્તું પાડી દે છે. આ દરદ વાળા માણસો ઠીંગણા, જાડા, જડ ચહેરાના અને જાડી બુદ્ધીના હોય છે. આ ચિન્હો જીવનના અમુક સમયે જણાય છે કે જે વખતે જીવન રસાયન પ્રવાહી કમી હોય છે. આ દરદમાં ઉપરના ચિન્હો શિવાય હાયપો-થાયરોઈડીઝમના ચિન્હો હોય છે. ધીમી નાડી, ઠંડુ શરીર, ચરબી વાળું પેટ અને છાતી, અને બુદ્ધી બુદ્ધી જણાઈ આવે છે. આ દરદીઓને પણ સખ-મીકસ-છડીમાની માફક ટાઢ વાય છે અને તેમની તખીયત શીત રૂતુ કરતાં ગરમ રૂતુમાં ફીક રહે છે. પીચ્યુઈટરીનો પાછલો ભાગ બગડે તો શરીરમાં

ચરખી વધે છે. યુવાવસ્થાની શરૂઆતમાં અને પુખ્ત ઉંમરમાં થતા આ દરદનાં ચિન્હો જરા જુદાં પડે છે. પીચ્યુઈટરીના બધા ભાગના ચિન્હોમાં પણ ફેર હોય છે. આગલા ભાગની અસર શરીરના કદ ઉપર થવાની, પાછલો ભાગ ચરખી ભરે છે અને જનનઅવયવને ઠંડા પાડે છે.

**Dyspituitarism**—આ દરદમાં પીચ્યુઈટરીમાં ન્યૂનાધિક જે ફેરફાર થાય છે તેના ચિન્હો છે એટલે કે તેમાં ન્યૂનપણાના પણ ચિન્હો નથી હોતાં તેમજ અધીકપણાના ચિન્હો પણ નથી હોતાં પરંતુ બન્નેનાં સેળભેળ ચિન્હો હોય છે. જે દરદીઓ આ દરદને ભોગ થઈ પડે છે તેઓ પ્રથમ પીચ્યુઈટરીના અધીકપણાના ચિન્હોને ભોગ થઈ પડેલ હોય છે અને પછી ન્યૂનપણાના ચિન્હો શરૂ થાય છે. માનસીક મંદતા, ઠંડુ અને ચરખીમય શરીર, હાડકાનું અતીશય વધવું, અને ચામડી અને વાળમાં ફારફેર નજરે પડે છે. જેનું પીચ્યુઈટરી અતી કામ કરી ચાકી ગયું હોય તેને પીચ્યુઈટરી સત્વ સાફ કામ આપે છે.

**પીચ્યુઈટરીની ચિકિત્સા**—પીચ્યુઈટરી લોહીનું દબાણ વધારે છે અને હૃદયને શાન્ત કરી નાહી કાણુમાં લાવે છે. ગુદાંને ઉત્તેજિત કરી મુત્રલ અસર પેદા કરે છે. તે જે માંસપેશીઓ કાણુમાં નથી તેને સંકુચીત કરે છે તેથી તે આંતરડાને અને ગર્ભાશય તે સંકુચે છે, તે દુધ વધારનાર છે.

ન્યારે શરીરને ધ્રાસકો-shock-લાગે છે તેવા વખતે અને લોહીનું દબાણ વધારવા તે વપરાય છે. સુવાવડ વખતે ગર્ભાશયને સંકોચવા માટે વપરાય છે. માંસપેશી વાટે અને ફસ વાટે ખાસ દરદીને અપાય છે. પીચ્યુઈટરી એક્સટ્રેક્ટ ગર્ભાશયને સંકોચનાર અને લોહી અટકાવનાર તરીકે પ્રસીદ્ધ છે. સગર્ભા સ્થિતિમાં પીચ્યુઈટરીની મોટી દાણાદાર કોષો વિસ્તૃત થાય છે અને વધે છે તેનું કારણ એ છે કે ન્યારે જરૂર પડે ત્યારે તે ગર્ભાશયને ઉત્તેજિત કરવામાં મદદ કરી શકે.

આ ઉપરથી સાબીત થાય છે કે જનન અવયવ અને પીચ્યુઇટરીને ખાસ સંબંધ છે તે બીજી સ્ટેજમાં વેળુ વધારવા અને ત્રીજી સ્ટેજમાં લોહી બંધ કરવા આપી શકાય.

પાછલો ભાગ જ્યારે બગટે છે ત્યારે ખોટા મધુખ્રમેદ Diabetis Insipides થાય છે. તે દરદમાં ફક્ત પેશાબ વધુ થાય છે પણ પેશાબમાં સાકર જતી નથી. વધારે પડતો પેશાબ થાય તેવા વખતે તેનું ઇન્જેક્શન આપવાથી મુત્રબંધ થાય છે તેથી તે antidiuretic તરીકે વપરાય છે. પીચ્યુઇટરીનું સત્વ આંતરડાના લકવામાં અપાય છે તેથી આંતરડા પોતાની ગતીને પ્રાપ્ત થાય છે અને કબજિયાત દૂર થાય છે. આ સત્વ જો મુખ વાટે અસર ન કરે તો ઇન્જેક્શનથી આપવું.

માનસિક અને શારીરિક બંધારણ જોનું નબળું હોય છે એવા પછાત બુદ્ધિ અને બાંધાના બાળકોમાં આ સત્વનો ઉપયોગ ખાસ કરીને અસરકારક છે. આવાં બાળકો નાના કદનાં હોય છે અને આ સત્વ આપવાથી પ્રચંડકાય થાય છે. તેઓ નિશાળમાં પણ “બુદ્ધા” “હોઠ” તરીકે ઓળખાય છે અને શારીરિક બળમાં પણ પછાત હોય છે. આવા નબળા બાંધા અને બુદ્ધિના બાળકોને પીચ્યુઇટરી એકસ્ટ્રેક્ટ આપીએ તો ફાયદો થાય ખરો અને જો આગળના ભાગ (anterior lobe) નું સત્વ આપીએ તો કુદરતી શારીરિક પ્રગતી જરૂર થાય છે. પીચ્યુઇટરીનું પ્રવાહી ઓછું થયું હોય તેમાં પીચ્યુઇટરીનું સત્વ બરોબર કામ આપતું નથી. આપણે આગળ જોઈ ગયા છીએ કે જીવન રસાયન પ્રવાહીનું સાતમ્ય રાખવા અગર સમતોલ પાળું રાખવા માટે આ રસપિડનું સત્વ અપાય છે.

ચામડીના દરદોમાં પણ પીચ્યુઇટરીનું સત્વ અપાય છે; અને થાયરોઇડ કરતાં પીચ્યુઇટરીનું સત્વ વધારે કામ આપે છે. શરીરના વધવાનો આધાર આગળના ભાગ ઉપર રાખે છે અને જો આ ભાગ સારો હોય તો શરીર મજબુત થાય છે. પાછળના ભાગનું સત્વ હોજ-

રીમાં નાશ પામે છે માટે તે ચામડી વાટે આપવું અને આગળના ભાગનું સત્વ મુખ વાટે આપવું.

પીચ્યુઇટરીનું સત્વ નષ્ટાત્વમાં વપરાય છે, યુવાવસ્થામાં શરીર કૃપ યદને બરોબર બાંધે ન સુધરે તો પીચ્યુઇટરી કાયદો કરે છે.

માત્રા:—દસ ગ્રેન સુધી.

સંધીવાના સાંધાના દુખાવામાં, રીકેટસ, ઓસ્ટીઓ મેલેશ્યા, હાયપોથાયરોઇડઝમ નામના દરદોમાં વાપરવું.

## પ્રકરણ ૬ ે.

### સુપ્રારીનલ નામના રસપિંડો.

પેટની પોલાણમાં આંતરડાની પછવાડે, પેટના અસ્તરની પછવાડે ( Behind the peritoneum ) અને ગુદાના ઉપરના ભાગની અગાડી આ રસપિંડો આવેલા છે. આ રસપિંડો સમ્રાજ્યામાં ઉપયોગી છે. આ રસપિંડો બગડે છે ત્યારે અમુક ચિન્હો ઉત્પન્ન થાય છે અને તે ચિન્હો પ્રથમ “એડીસન” નામના સાહેબે શોધી કાઢ્યા છે અને તેના ઉપરથી તે દરદનું નામ પણ “એડીસન્સ ડીઝીઝ” પડ્યું છે. તેમાં શરીરની અશક્તિ, ઘણાજ થાક, હૃદયની મંદતા, લોહીનું ઓછું દબાણ, અને હોજરી તથા આંતરડાના કામમાં ખલેલ પડવાનાં ચિન્હો ઉત્પન્ન થાય છે. જેમ જેમ દરદ આગળ વધે છે તેમ તેમ ચિન્હો પણ વધે છે. પાંડુતા, કૃષતા, આવે છે, અને ચામડીનો રંગ ભુરા પડે છે અને ભુરા ડાઘા જણાય છે. ચામડીમાં રહેલ મીલેનીન, અને આ રસપિંડમાં રહેલ એડ્રીનલીનને ખાસ સંબંધ છે. જો આ બે બરોબર હોય તો રંગ કુદરતી રહે છે પણ જો એડ્રીનલીન ન હોય તો મીલેનીન એકલું રહે છે અને ભુરા પડતા ડાઘા પડે છે.

એડ્રીનલ રસપિંડના બે ભાગ છે. અંદરનો ગર્ભ અને અસ્તર જેવો બહારનો ભાગ. આ બન્ને ભાગ દેખાવમાં જુદા છે. બહારના ભાગના કોષો ઘણી બાજુવાળા હોય છે અને તેની બે દારો હોય છે. બહારની દાર ઉપરની સપાટી મુઠી હોય છે અને તે ગોળ વળેલી હોય છે અને અંદરની ગુંથાયલા જેવી જાળ માફક હોય છે અને તે અંદરના ગર્ભના કોષો સાથે મળેલી રહે છે. આ ભાગના કોષોમાં ચરબીના આણુંઓ હોય છે અને તે રહેજ પિળાશ પડતા જણાય છે. આ કોષોમાં લીપોપ્રોટીન ગ્રેન્યુલસ અને ચરબી ખૂબ હોય છે પણ અંદરના ભાગમાં જરા ઓછી હોય છે.

અંદરનો ભાગ ઘણોજ લોહીઆળ હોય છે અને તેમાં રક્ત વાહીનીઓ આવેલી છે. તેના કોષો ઘણી બાજુવાળા હોય છે અને તેઓ જે પ્રવાહી બનાવે છે તે લોહીમાં મળે છે. આખો રસપિંડ એક અસ્તરમાં વીટેલો છે અને તેથી તે ભૂરા જણાય છે. કાપીએ તો અંદરનો ભાગ કાઠો-ભૂરા જણાય છે. આપણે તપાસીએ તો બન્ને ભાગ દેખાવે જુદા પડે છે. તેમાં એડ્રીનલીન હોવાથી કોમીક એસીડથી આ પિંડના કોષોને કાઠો રંગ ચડે છે. આ રસપિંડમાં અમુક પદાર્થ એવો છે કે જેને રંગ જલ્દી ચડે છે તે પદાર્થને (chromophil substance) કહે છે. તે પદાર્થ અંદરના ભાગમાંથી છુટો પાડવામાં આવે છે તેને adrenalin નામ આપવામાં આવે છે અને તેની કેટલાક પાસાદાર ભુકી બનાવે છે. તેના સત્વની પિચકારી મારવાથી લોહીનું દબાણ વધે છે અને શરીરની ચામડી નજીકની રક્તવાહીનીઓ સંકોચાય છે, હૃદયની ગતી મંદ મંદ પડે છે અને શ્વાસોશ્વાસ ધીરા પડે છે. આપણે જ્ઞાનતંતુનું બેડાણ કાપી નાખીએ અથવા મગજ અને જ્ઞાનતંતુઓનો પુરો નાશ કરી નાખીએ છતાં પણ આ પ્રવાહી અસર કરે છે. આ પ્રયોગથી સિદ્ધ થાય છે કે જીવન રસાયન પ્રવાહી સ્વતંત્ર જીવનધારક છે. સીમ્પેથેટીક નર્વસ સીસ્ટમ જે અવયવો ઉપર કાણુ ધરાવે છે તેજ અવયવો ઉપર આ

પ્રવાહી પણ અસર કરે છે. જે માંસપેશીઓ કાણુમાં નથી તેના ઉપર પણ તેની સત્તા છે. ( sphincters ) સીમ્પેથેટીક નર્વજના છેડાઓને તે ઉત્તેજે છે. શરીરની માંસ પેશીઓ તેની અસરથી સંકોચાય છે. છે. ફસ વાટે આપવાથી જલ્દી અસર થાય છે. ચામડી વાટે આપવાથી હીક અસર થાય છે. એડ્રીનલીનના સત્વની મોટી માત્રા મુખ વાટે આપવાથી પણ ખરાબ અસર થતી નથી.

હાલ જે રસપિંડોને મહત્વ આપવામાં આવે છે તે ખાસ કરીને જ્યારથી થાયરોઈડ નામના રસપિંડ ઉપર શોધ શરૂ થઈ ત્યારથીજ છે અને રંગવાદક તંતુઓ એડ્રીનલમાં વધારે છે તે પણ આજકાલ ખૂબ ધ્યાન ખેંચે છે.

આ એડ્રીનલ નામના રસપિંડો બે હોય છે. કેટલાકમાં વધારાના પણ હોય છે. તે ગોળ ચપટા હોય છે. રંગે પીળાશ પડતા હોય છે. આ રસપિંડને મળતા ફેરોટીડ ગ્લાંડ, ઇટરફેરોટીડ ગ્લાંડ, વધારાના એડ્રીનલ્સ અને વૃષણ ઉપર આવેલ એડ્રીનલ “રેસ્ટસ” રસપિંડો છે અને તેઓ રંગ સંપાદક છે અને તે સુપ્રારીનલના બહારના પડ જેવા ભાગ સાથે સંબંધ રાખે છે અને અંદરનો ભાગ મગજ અને તેના તંતુઓ સાથે સંબંધ રાખે છે અને તેનું પ્રવાહી sympathetic\* ના છેડાઓ સાથે સંબંધ રાખે છે. તે શરીરના ઝેરને મંદ પાડે

---

\* એડ્રીનલીન ક્લોરાઈડ ૧=૧૦૦૦ ના પ્રવાહીનાં પાંચ ટીપાં-નોર્મલ સેલાઈનની ટીકડી. P. D. Co. ની. ૧ અને પાણી ચાર ઑંસ નાખવાથી થાય છે. આ એડ્રીનલીન સીમ્પેથેટીક નામના જ્ઞાતતંતુઓના કામને મદદ કરે છે. તે ગમાંશયની માંસપેશીને વિસ્તૃત કરે છે. કાકીને વિસ્તૃત કરે છે. પેંક્રીઆસમાં ઇન્સ્યુલીન છે તેને મોળું પાડે છે. તેથી તે તેનાથી વિરુદ્ધ કર્તવ્ય બનવે છે. તે થાયરોઈડ અને પીચ્યુઇટરીના પાછલા ભાગના કર્તવ્યને ટકો આપે છે. હીવરના કોષો વ્યાયકોજન તૈયાર કરે છે તેને મદદ કરે છે. It dilates the muscles of Pyloric and Ileocecal valve એડ્રીનલીન પણ સીમ્પેથેટીકની માફક અન્નનળ, હોજરી અને આંતરડાં અને Bronches ને વિસ્તૃત કરે છે.

છે અને માંસપેશીને મજબુત બનાવે છે. જનન અવયવ ઉપર તેની અસર છે. જો તેની ગાંઠ થાય અથવા તે વધારે કામ કરે તો જનન અવયવો અકાળે પકવ થાય અને વખતે વિરૂદ્ધ જતીના ચિન્હો પણ માત્રમ પડે ખરા. સ્ત્રીના કોર્પસ લ્યુટીમમાં અને પુરુષના ઇટરસ્ટી-સ્યલગ્લેડમાં તેના વધારાના તંતુઓ છે. બદારનો ભાગ સ્ત્રીત્વ અથવા પુરુષત્વ અને માંસપેશીને બળ આપનાર છે ત્યારે અંદરનો ભાગ મગજ અને જ્ઞાનતંતુઓને બળ આપનાર પ્રવાહી તૈયાર કરે છે.

આ રસપિંડોમાંથી “એડ્રીનલીન” ÷ નામનું સત્ત્વ તૈયાર કરવામાં આવે છે અને તેના ખાસગુણો પણ હોય છે. જીવનને ટકાવવામાં તેની ખાસ જરૂર હોય છે. કારણ જો બન્ને એડ્રીનલ નામના રસ-પિંડો કાઢી લેવામાં આવે તો મર્ણુજ નીપજે છે. આ સત્ત્વની નાનામાં નાની માત્રા લોહીના દબાણને વધારે છે. આ સત્ત્વ જ્ઞાન-તંતુના રક્તવાહીનીઓમાં રહેલા છેડાને ઉશ્કરે છે અને પરિણામે આ જ્ઞાનતંતુઓ જે રક્તવાહીનીઓની માંસપેશીઓને સંજ્ઞા આપે છે તેને ઉશ્કેરી સંકેતે છે અને તેથી રક્તવાહીનીનું કદ ઓછું થાય છે અને પરિણામે લોહીના દબાણમાં વધારો થાય છે. હૃદયની માંસ પેશીઓને પણ ઉશ્કરે છે. તેની અસર વિગળ જોવી છે. એડ્રીનલીનના ગુણદોષ મેટેરીયા મેડીકાના પુસ્તકોમાં જોવામાં આવશે. જે જ્ઞાન તંતુનું જેવું કામ તેવું એડ્રીનલ કામ કરે છે. જેમકે અમુક જ્ઞાન-તંતુ અમુક કામ અટકાવે છે તો તેવા જ્ઞાનતંતુને જો એડ્રીનલીન

---

÷  $C_9H_{13}O_3N$  તે ઘોળું અને સુક્ષ્મદર્શક યંત્રથી જોઈ શકાય તેવા પાસાદાર ભુકાવાળું સત્ત્વ છે. સ્વાદે કડવું છે. વ્યસ્થ છે. ઠંડા પાણી કરતાં ગરમ પાણીમાં જલદી પીગળે છે. આ પ્રવાહી પ્રથમ Pink પછી Brown થઈ બગડી જાય છે. પાર્કેટ્લીસની કંપનીનું Adrenel Chloridi Sol. 1:1000 તૈયાર આવે છે. તેનાં પાંચ દીપાં ચામડી વાટે દમના દરદમાં આપવાથી દમનો હુમલો શાન્ત પડે છે. એડ્રીનલીનને પ્રથમ ઇપીનેફ્રીન કહેતા હતા. પાંચ દીપાંથી વધારે માત્રા આપવી નહીં.

મળે તો તે અટકાયત કરવામાં વધારે મદદ કરે છે. ૧/૨૦ મો એક મીલીગ્રામનો ભાગ પણ શરીરમાં કામ કરવા સશક્ત છે. એડ્રીનલીન અંદરના અવયવમાંથી લોહી ઓછું કરી હાથ પગમાં વધારે છે. Vaso-motor tone ને વધારનાર એડ્રીનલીન નામનું જીવન રસાયન પ્રવાહી છે. આ સત્વ ઓછું હોય તો માંસપેશીઓ અને રક્તવાહિનીઓ નબળી પડે છે.

એડ્રીનલીન નામનું સત્વ ઓછું હોય તો hypo-adrenia નામનું દરદ થાય છે. તે તિક્ષણ, સુતિક્ષણ અને જીર્ણ સ્વરૂપમાં થાય છે. જીર્ણ દરદનાં બધાં ચિન્હો addison's disease માં જણાય છે. આ દરદમાં માંસપેશીઓની નબળાઇ આવે છે, લોહીનું દબાણ ઓછું હોય છે, હાથ પગ ઠંડા હોય છે, અને ચામડી ઉપર રંગ બદલાઇ આ દરદના ખાસ ચાહાં પડે છે. બરોલ ધણી મોટી હોય છે. ચામડાનાં રસપિંડ એમજ રહે છે. લીમ્ફવાહક તંતુઓ ઘટ થાય છે. ખાસ કરીને હોજરી અને આંતરડામાં તેમ બને છે. આપણે આગળ જોઇ ગયા છીએ કે sympathetic શાનતંતુઓ અને એડ્રીનલીનને ખાસ સંબંધ છે, અને તેથી ચામડીના ફેરફારો

---

• Adrenalin 1 part Chloritone 5 parts Phy. Sol. Sod. Chl. 1000 parts P. D. Co.

આ પ્રવાહીનાં એકાદ બે ટીપાં કાઠી વિસ્તૃત કરે છે. આંખનાં ઓપ-રેશન માટે એડ્રીનલીન અને કોકોરેટીન અથવા એપોથીયીન અને એડ્રીનલીન વાળી ટીકડીઓ આવે છે. દાંતના પેદાંમાંથી લોહી અટકાવવા તે દાંત-શસ્ત્રવિદ્યામાં વપરાય છે. આ ક્રિયા માટે “Codrenine” અથવા એડ્રીનલીન અને બેન્ઝીમીનની ટીકડીઓ. P. D. Co. ની તૈયાર આવે છે.

સાએટીક, લ્યુએગ, વિગેરે શાનતંતુના દરદમાં P. D. Co. ની એડ્રીનલીન અને કોકોરેટીન મહત્તમ વાપરેલાં.

It is used in urticaria also.

હરસ, ગુદપાક, માટે ઉપરનો મહત્તમ વાપરેલો.



બીજા રસપિંડના આ જોડાણને આધારે બને છે. હોઝરી અને આંતરડાં અનિયમિત બને છે અને ઉલ્ટી તથા ઝાડા થાય છે. હૃદય અંધશ્ચર્જિવાના વારંવાર હૃદયમાં દરદ થઇ અને ટુંમલા થાય છે. આ દરદો એડ્રીનલીનની ન્યૂનતાનાં છે. દાકતરો માંસપેશીની નબળાઇ, મગજ અને હૃદયની નબળાઇ બેઝ “ ન્યુરેસ્થેનીયા ” નામ આપી દેવા કરે છે તે દાખલા ખાસ એડ્રીનલીનની ન્યૂનતાના જ છે, ( It raises blood pressure and hence it is very useful in cholera, Plague, Shock & Collapse.

ચિન્હો:—

૧. ઓછું લોહીનું દબાણ.
૨. ઓછી શરીરની ગરમી.
૩. મગજ ખાલી પડ્યું હોય તેવો માથાનો દુઃખાવો.
૪. Sargents Sign.

( પેટની ચામડી ઉપર ધીમેથી ટકોરા મારીએ અને ઘોળાશ જણાય તે. )

આ દરદીઓ ખરી નબળાઈના નમૂના તરીકે જણાય છે. તેઓમાં શક્તિ નથી હોતી, ઉત્સાહ નથી હોતો તેમ હોંશ પણ હોતી નથી. જલ્દી થાકી જવાય છે. પાતળા નબળા હોય છે.

It froms a vitul part to mantain the process of Respiration, digestion, circulation and Nervous condition.

આ રસપિંડ પીચ્યુઇટરીને ઉત્તેજે છે અને પીચ્યુઇટરી થાય-રોષડને ઉત્તેજે છે.

**એડ્રીનલ્સનો ઉપયોગ**—એડ્રીનલ્સનાં સત્ત્વે માંસપેશીની નબળાઇમાં અપાય છે. લાંબા મંદવાડ પછી થતી નબળાઇ, Neurasthenia, myothenia, Neurosis & Psychosis માં

તે વપરાય છે. તે સત્વ આપવાથી એક વખત તો જરૂર લોહીનું દબાણ થાય છે પણ વારંવારથી આપવાથી તેટલો ગુણુ દર વખતે આવતું નથી અને તેથીજ Addison's Disease\* આ સત્વથી મટતો નથી. એડ્રીનલનું સત્વ મુખ વાટે વધારે વપરાય છે. in the form of Elixir ).\*

આ સત્વ અમુક જગ્યા ઉપર લગાડીએ તો તે જગ્યાની રક્તવાહીનીઓ સંકોચાય છે તેથી ત્યાં લોહી ઓછું થાય છે; તેથી તે નાના ઓપરેશનમાં લોહી ન આવે તે માટે વપરાય છે. આંખના કામમાં તે નોવોકેઇન અને કોકેઇન સાથે વપરાય છે તેથી લાલાશ ઓછી થાય છે અને ઓપરેશનની જગ્યામાં લોહી આવતું નથી. નાકના, ગળાના, પેશાબના અને ગુદાના ઓપરેશનમાં વપરાય છે. વધારે માત્રામાં હોજરીની અનિયમિતતા, હૃદયમાં દરદ, ફેર, ચક્કર, અને મૂર્છા આવે છે. ૧=૧૦૦૦ ના પ્રવાહીના ૧૦=૧૫ ટીપાં ચામડી વાટે અપાય છે. વિષારિચિન્હો બને છે. ઓપરેશન કર્યા પછી જે અશક્તિ-આઘાત-shock-થાય છે તેને પહોંચી વાળવા માટે તે saline સાથે અપાય છે તેથી જીવન બચી જાય છે અને માથું કપાઈ ગયા પછી પણ જો કૃત્રિમ શ્વાસોશ્વાસ અપાય તો જીવન થોડી ઘડી ટકે છે. શરીરની ગરમી ઓછી થતી હોય અને shock લાગેલો હોય તેવામાં એડ્રીનલીન વપરાય છે. દાંતના પારા, ગળું,

---

\* It is used in 1. Shock and Collapse 2. Plague 3. Cholera 4. Anaphylactic re-actions 5. Febrile condition, 6. Asthma 7. Hay fever 8. Respiratory disorders 9. Gastro Intestinal disorders 10. Ocular inflammation 11. Rectul disorders 12. Cutaneous disorders 13. Neuralgic Pain 14. Hoemorrhage 15. Anœmia 16. Surgical Stages 17. As local anæsthetic 18. Dentistry 19. Organotherapy P. D. Co.

મોઢું, અન્ન નળ, હોજરી અને આંતરડામાંથી નીકળતા લોહીને અટકાવે છે પણ તેની ધાળી ઓછી માત્રા આપતી, નહીં તો લોહીનું દબાણ વધવાથી લોહી વધારે નીકળે છે. કેન્સરના દરદમાં ઇન્જેક્શન આસપાસ આપવું. શરીરનું વજન વધારે છે. લાંબા મંદવાડમાં એટલે કે ન્યુમોનીયા, ટાયફોઇડ, ટીબેરીયા, સ્કાર્લેટીના વિગેરેમાં એડ્રીનલ્સ થાકી જવાથી તેની વિપારી પદાર્થને હટાવવાની શક્તિ કમી થાય છે તેથી તેનું સત્વ થાયરોઇડના સત્વ સાથે આપવું અને છેવટની સ્થીતિમાં પણ તે જીવનદોરી બચાવનાર થઇ પડે છે. કેન્સરના દરદમાં તે ખાસ અસર કરે છે. Septicemia માં તે ખાસ મદદ કરે છે. શરીરમાં પ્રવર્તતા ઝેરને હટાવે છે. શરીરની કમી પડતી શક્તિની દરેક સ્થીતિમાં આ સત્વ આપ્યાદ મદદ કરે છે. દાખલા તરીકે ટાયફોઇડ નામના તાવમાં અશક્તિ, તનમનાટ, તે એડ્રીનલીનના ન્યૂનતાનાં ચિન્હો છે. કોલેરામાં શરીરનું હંકુ પડવું, અશક્તિ, ગોટલાં બાજવાં વિગેરે તેના કમીપણાને આભારી છે. હૃદય બંધ પડતું હોય તે વખતે એડ્રીનલીનની પીચકારી મારવાથી હૃદય ચાલતું થાય છે. રૂધીરાભિસરણ બંધ પડ્યા પછી હૃદયમાં પીચકારી બારોબાર મારવાથી હૃદય ચાલતું થાય છે. હૃદયના દરદીને ઇન્જેક્શન ચૂકવાથી હૃદય મજબૂત બને છે. દમના દરદમાં દરદીને ઇન્જેક્શન ફાયદો આપે છે. માત્ર ૧૦ ટીપાં. (spasmodic Bronchitis Phthisis માં ઉપયોગી છે.



## પ્રકરણ ૭ મું.

### પાચન ક્રિયાના રસપિંડો.

પાચન ક્રિયાના રસપિંડો તપાસીએ તે પહેલાં પાચનક્રિયા સંબંધી જ્ઞાન આવશ્યક છે. મોઢાંમાં ખોરાક લઇ ચાવીએ એટલે લાળ વળે છે. તે લાળ-ઉત્પાદક રસપિંડો કાનની ખુટ અગાડી અને હડપ-ચીના ખુણા ઉપર છે. તેમાંથી જે પ્રવાહી આવે છે તે વ્યસ્થ (alkaline) હોય છે. તે ખોરાક સાથે મળે છે. ચાવેલો ખોરાક મોંમાંથી હોજરીમાં અન્ન નળ વાટે જાય છે. હોજરી પોતાના પિંડો-માંથી રસ કાઢે છે તે ખોરાકમાં મળે છે. આ રસપિંડો ખાટો રસ પેદા કરે છે તેને જઠર રસ કહે છે. આહીંથી ખોરાક નાના આંતર-ડાના પ્રથમ ભાગમાં આવે છે. ત્યાં પેન્ક્રીઆસ નામની ગાંઠનો રસ એક નળા દ્વારા આવી મળે છે અને આંતરડાના રસપિંડોનો રસ મળે છે. થોડે છેટે યકૃતમાંથી નલીકા વાટે પિત્ત આવી મળે છે અને બીજા ભાગમાં ખોરાક જાય છે. અહીં ખોરાક બરાબર મિશ્ર થઇને પછી આગળ વધે છે અને ખોરાકનું શોષણ થાય છે. તત્વવાળા પદાર્થો “કાયલાઇ” નામની ઝીણી નસો દ્વારા શોષાઈ પછી રૂધીરાબિસરણ દ્વારા હૃદયમાં પહોંચે છે, ત્યાંથી ફેફસાંમાં શુદ્ધ થઈ પાછું લોહી હૃદ-યમાં આવી આખા શરીરમાં ફેરે છે. આંતરડાંમાં એકઠો થયેલો મેલ મોટા આંતરડાંમાં જાય છે. આ મોટાં આંતરડાં તે ગટર છે. ત્યાંથી ખોરાકનો કચરો ઉપર ચડી, આડો ફરી, નીચે ઉતરે છે અને છેવટે ગુદા વાટે બહાર આવે છે. આ ક્રિયામાં લાળોત્પાદક પિંડો, જઠર પિંડો, પેન્ક્રીઆસ, યકૃત, આંતરડાંના પિંડો અને બરોલ મુખ્ય કામ કરે છે. લોહી ફરતું ફરતું બરોલમાં જાય છે. ત્યાંથી લોહીનાં રાતાં રજકણો રંગાઇ અને ઘોળાં રજકણો વધી લોહી બહાર આવે છે. હવે આપણે દરેક પ્રથક પ્રથક તપાસીએ.

**લાળોત્પાદક પીંડો**—જીવન રસાયન પ્રવાહી તૈયાર કરનાર રસપિંડોમાં આ પિંડ લાગ લગવે છે એવું કેટલાકનું માનવું હોવાથી આ પિંડને અત્રે દાખલ કર્યો છે. આ લાળોત્પાદક રસપિંડોને (Parotid Glands) કહે છે. તેને અને ટ્રાપેલુ (પુરુષોમાં) અથવા અંડાશય (Ovary-સ્ત્રીમાં) ને મંબંધ છે. પેરોટીડના સોજામાં ટ્રાપેલુ અથવા અંડાશયને સોજા આવે છે. કેટલાક દાકતરો વળી અંડાશય તેમજ ટ્રાપેલુના સોજામાં Parotid ના સત્વની પીચકારી ચામડી વાટે મૂકે છે પણ ખરા. લાળોત્પાદક રસપિંડો અને હોજરી તથા પાચન ક્રિયાને લગતા રસપિંડોને મળતાપણું છે. પેરોટાઇટીસમાં પેન્ક્રીયટાઇટીસ પણ થાય છે. Mumps નામના દરદમાં પણ પેન્ક્રીયાસમાં સોજા આવે છે. આપણે કાંઈ ચીજ જોઈએ છીએ તેથી મોઢામાં લાળ વળે છે, હોજરીમાં રસ જમે છે અને આંતરડાંમાં પેન્ક્રીયાસનું પ્રવાહી આવે છે તે ઉપરથી જણાય છે કે આ રસપિંડોને એકબીજા ઉપર આધાર હશે.

**હોજરી અને આંતરડાંના પિંડો**—પાચનક્રિયા સમજતાં પહેલાં રસાયન પ્રવાહીના કર્તવ્યના ખરા દાખલા જોઈએ તો હીક

• આ રસપિંડો લાળ ઉત્પન્ન કરે છે. લાળને આપણે પીણિક માનીએ છીએ. લાળ ઉધમાં જાય તો આપણા લોકો ધાત જાય છે તેમ કહી તેને અશક્તિ આવવાની નિરાશની ગણે છે. લાળમાં Ptyalin નામનું તત્વ મેંદા જેવા અને ચરખી વાળા પદાર્થને પચાવે છે. આ લાળમાં તે પદાર્થ ઓછું હોય તો મેંદા અને ચરખી વાળા પદાર્થો પચે નહીં અને અજીર્ણ થાય. હોજરીનો રસ ચરખી વાળા પદાર્થને પચાવતો નથી તેથી ખોરાક આવીને ખવાય તો લાળને લઈને પ્રાથમિક પાચનક્રિયા મોઢામાં જ શરૂ થાય, પણ હોજરીમાં ખોરાક પચન થવાનું થાય. હોજરીમાં પણ મોઢામાંથી લાળ જાય અને પાચનક્રિયા મેંદાવાળા અને ચરખીવાળા પદાર્થની થાય. કેટલાક નકામા લાગ જેવા પદાર્થો ખાઈ મુખની લાળને બગાડે છે તે આ સમજતા નથી. આ પદાર્થ ઓછા હોવાથી અજીર્ણ થાય છે. આ રસપિંડ પ્રાથમિક પાચનશક્તિનું અવયવ છે.

પડે. હાયડ્રોકલોરીક એસીડનું પ્રવાહી આંતરડાંમાં મોકલે છે તેથી એમ સમજાય છે કે એક પ્રવાહી બીજા પ્રવાહીને આકર્ષે છે—જેમ લોહચુંબક પેદા કરે તેવો છે અને સાથે સાથે ઉપયોગી છે. આપણે આગળ જોઈ ગયા, કે એડ્રીનલીન પણ સાકરને વધારે છે. પણ પેંક્રીઆસ જો કામ કરે તો સાકરનો ઉપયોગ કરી નાખે અને સાકર વધવા ન દે તેથી પેંક્રીઆસનું ઈજેક્શન સાકરને ઘટાડે છે. એડ્રીન-લ્સ, થાયરોઈડ અને પિચ્યુઇટરી કે જે સાકરને વધારે છે તેના વિરુદ્ધ પેંક્રીઆસનું કાર્ય છે એટલે કે તે સાકરના વધારાને ઘટાડે છે. તે પણ પેરાથાયરોઇડને મળતું છે. શરીરની સાકરને ઉપયોગમાં લેવાનું કામ પેંક્રીઆસનું છે અને ગ્લાયકોજનને નિયમિત કરવામાં લીવર સાથે સંબંધ રાખે છે. થાયરોઇડને કાપી નાખીએ તો Glycosuria મટે છે. પણ પેરાથાયરોઇડની તેથી વિરુદ્ધ અસર છે.

આ રસપિંડ ગ્રીણી નળીવાળો છે અને તે પેટમાં આડો (transverse) પેટની પછવાડેની દીવાલ ઉપર આવેલો છે. તે લાળો-ત્પાદક પિન્ડને મળતો આવે છે, પણ તે ધણોજ નરમ છે. તેને માથું, ગળું, શરીર અને પુંછડી છે, અને તેની નલીકા પણ જૂદી છે. તેને અંગ્રેજીમાં Cane of Wirsung કહે છે. આ નલીકા આંતરડાંના પ્રથમ ભાગ (Deodenum) માં ઉધડે છે. તેની નજીક પિત્તની નલીકા ઉધડે છે. આ નલીકાને બંધ કરીએ તો પેંક્રીઆસ સુકાઇ જાય પણ લેગરહાનના પ્રદેશો પોતાનું પ્રવાહી બનાવે છે તેથી જીવન રસાયન પ્રવાહી તે જે બનાવે છે તે/લોહીમાં બહારોબહાર મળે છે અને જે નલીકા વાટે ખોરાક સાથે મળે છે તે પ્રવાહી જુદું છે. તે પ્રવાહીને આપણે જીવન રસાયન નહીં કહીએ. આપણી વ્યાખ્યા પ્રમાણે જીવન રસાયન પ્રવાહી તે લોહીમાં મળી જીવન વ્યાપાર ચલાવે છે તે છે, એટલે પેંક્રીઆસ રસપિંડ અને રસગ્રંથી બને છે. લોહીમાં આ પ્રદેશનું પ્રવાહી મળે તોજ સાકરનું નિયમન થાય છે તેથી લોહી જે આ પ્રવાહીવાળું હોય તો જ શરીરમાં સાકરનો વ્યાપાર બરાબર

રહે. જો આ પ્રદેશો બગડે અને પરિણામે તે પ્રવાહી લોહીમાં બરાબર રીતે ન મોકલી શકે તો શરીરમાં સાકર વધી પડે છે અને તે પેશાબ વાટે જાય અને મધુ પ્રમેહ થાય. આંતરડામાંથી વિષારી જંતુઓ દાખલ થઈ પેન્ક્રીઆસને સોજો આવે અને પરિણામે લેંગરહાનના પ્રદેશો બગડે તો મધુપ્રમેહ થાય છે. બીજા રસપિંડો સાથે આ રસપિંડનો સંબંધ સાકરના નિયમનથી સમજાય છે. ચાયરોઇડ સાકર વધારે ત્યારે આ રસપિંડ ઠેકાણે પાડે. વૃષણ અથવા અંડાશય પણ જો નકામા થાય તો પણ સાકર વધે છે. તેથી હવે બધા રસપિંડો સાથે પેન્ક્રીઆસને સંબંધ છે તે આટલાથી સમજાઈ જાયું હશે.

**ખરલ Spleen**—શરીર, યકૃત અને તેનું પિત્ત બનાવવાનું કાર્ય એ સઘળું જોતાં એમ થાય છે કે લીવર આવડું મોટું કેમ હશે ? તેવીજ રીતે ખરલ આવડી મોટી જોઇ એમજ થાય કે આવડી શા માટે બની હશે. લોહીનાં રાતાં અને ઘોળાં રજકણો તેમાં જાય છે અને તે નવા થઈ બહાર આવે છે. તે લીફિસાઇટ તૈયાર કરે છે. એ કાંઈ રસપિંડ નથી છતાં પણ તે રસ પ્રવાહી બનાવે છે એ માન્યતા સમજાતી નથી. પણ તે એવું પ્રવાહી બનાવે છે કે જેના યોગથી લાળ અને ઘોળાં રજકણો નવાં થઈ જાય છે છતાં પણ જો ખરલને કાપી કાઢવામાં આવે છે તો શરીરમાં ખાસ કાંઈ ફેરફાર થતો નથી; કારણકે બીજી લીમ્ફવાહક ગ્રંથીઓ તેનું કામ ઉપાડી લે છે. તેનામાંથી કાંઈ પણ ખાસ પ્રવાહી પ્રથકરણથી મેળવી શકાયું નથી. ખરલ પાચન ક્રિયા સાથે સંબંધ રાખે છે. અને તે એવું પ્રવાહી તૈયાર કરે છે કે જેથી પેન્ક્રીઆસનું પ્રવાહી ઉત્તેજન પામે છે અને તેથી પરિણામે પાચનશક્તિ વધે છે. અજીર્ણના દરદમાં ખરલનું સત્વ અપાય છે તેથી પાચનશક્તિ વધે છે. ખરલ કાઢી નાખેલ દરદીમાં પાચનશક્તિ મંદ પડે છે. પેન્ક્રીઆસ મંદ પડે છે ત્યારે ખરલનું પ્રવાહી તેને ઉત્તેજ તેજમાં લાવે છે અને તે લોહીનાં ઘોળાં રજકણોને વધારી શરીર તંદુરસ્ત બનાવે છે. મેસેરીયા અને ખરલના દરદમાં તેનું સત્વ

વપરાય છે. તેની માત્રા પાંચ ગ્રેનની છે. લોહી વિકારનાં દરદો કે જેમાં બરહ લોહને આકર્ષે છે તેમ આંત્રિક રસ પ્રવાહીનું એવું અભિસરણ થઈ રહ્યું છે કે જીવન વ્યાપાર સુક્ષ્મ રીતે ચાલી રહ્યો છે. હોજરીનું ગેસ્ટ્રીન આંતરડાના પેપ્ટીક અને Oxyntic પિંડો ઉપર અસર કરે છે અને તેમને ઉત્તેજ કાર્યમાં પ્રેરે છે. સીકીટીન (from Deodenum) નામનું તત્વ આંતરડાના બીજા ભાગ ઉપર અસર કરે છે અને તેથી Succus Entericus બીજા ભાગના આંતરડાનો રસ પેદા થાય છે. તે પિત્તને ઉત્તેજે છે. સીકીટીન કમળાના દરદમાં આપીએ તો ઝાડાનો રંગ કુદરતી થાય છે. કારણ સીકીટીન પિત્તને વધારો કરે છે અને તેને મળી રંગ બદલે છે. આંતરડાની ક્રિયાનો (Motor function) ઉત્તેજન પદાર્થ આને ગળી શકાય. એકદંત્ર સીકીટીન કાંઈ બધા રસપિંડોને ઉત્તેજનું (Stimulate) નથી પણ કોષ બીજને એવો પદાર્થ પણ છે કે જે લોહીમાં મળીને આવે છે. તે પદાર્થ સીકીટીન સાથે મળે છે અને પાચનક્રિયાના બધા રસપિંડો ઉત્તેજનાને પામે છે. આવું લોહી હોજરીમાં આવે તોજ તેમ બને છે. સીકીટીન ખાસ આવુંજ છે એ કાંઈ હજી નક્કી થયું નથી. ગ્રીણાં રજકણવાળો પદાર્થ છે. તે ખાટા પદાર્થથી ઉત્તેજનય છે અને તેનાથી પેન્ક્રીઆસનું પ્રવાહી આવે છે કે જે ચરબીને ગાળી નાંખે છે.

**ચક્રત—**ચક્રતનાં ઘણાં કાર્યો છે પણ આપણને તો અહીં ફક્ત પિત્ત તૈયાર કરવાનું કાર્ય, સાકરનું નિયમન અને નાઇટ્રોજનવાળા પદાર્થનું પચન કાર્ય એટલા સાથેજ સંબંધ છે. લોહીને જામવાની શક્તિ તે અમુક પદાર્થ લોહીમાં મેળવીને આપે છે. આંતરડામાંથી જતા તમામ વિષારી તત્વોનો નાશ કરે છે. લોહીના પ્રવાહ અને આંતરડા વચ્ચે ગરણીનું તે કામ કરે છે. લીવર ખાસ પિત્ત પેદા કરે છે તેને અને સીકીટીનને સંબંધ છે.

**પેન્ક્રીઆસ—**લેંગરહાન નામના યુરોપિઅને આ રસપિંડનું ખારીક અવલોકન કરી તેમાંથી મુખ્ય ઘણાદાર પ્રદેશ ગોતી કાઢ્યો.



તેને islets of Langerhan કહે છે. આ નાનાં કણોમાં બહુકોણ વાળા કોષો છે અને તેમાં બીજા ભાગ કરતાં વધારે રક્તવાહીનીઓ છે; અને તે બીજા ભાગથી જુદો પડે છે. તેને નલીકા સાથે સંબંધ નથી. ડીઓડીનમના અસ્તરના પ્રવાહીનું ઈન્જેક્શન મૂકવામાં આવે તો પેન્ક્રીઆસના પ્રવાહીમાં વધારો થાય છે. આ પ્રવાહીમાં ખટાશ હોય તોજ તેમ બને છે. ડીઓડીનમમાંથી જે પ્રવાહી આવે છે તે એસીડ સાથે મળી “સીક્રીટીન” થાય છે. પેન્ક્રીઆસ નહોય તો સીક્રીટીન થતું નથી અને તેથી અન્યો-અન્ય સંબંધ છે. હોજરીમાંથી જે પ્રવાહી આવે તે “ગેસ્ટ્રોઇન” થાય છે. આ લેંગરહાનના પ્રદેશમાં જીવન રસાયન પ્રવાહી બને છે અને તે ચરબીવાળા પદાર્થોને પચાવે છે. મધુપ્રમેહમાં પેન્ક્રીઆસનાં તત્વોને શરીરમાં દાખલ કરીએ તો તે મટે છે, અને મધુપ્રમેહમાં આ પ્રદેશો સંકોચાઈ જાય છે. પેન્ક્રીઆસનું પ્રવાહી Carbohydrate metabolism ને નિયમિત કરે છે. પેન્ક્રીઆસ કાપી કાઢીએ તો પેશાબમાં સાકર જાય. ચરબીવાળા પદાર્થથી “કેટરોલ” જાય અને પ્રોટીનના ખોરાકથી સાકર જાય. તેથી શરીર કૃષ થઈ નાશ પામે. લેંગરહાનના પ્રદેશો એવું પ્રવાહી તૈયાર કરે છે કે તે લોહીમાં મળી સાકરનો ઉપયોગ કરે છે અને તેને એકત્ર થવા દેતું નથી તેથી સાકર પેશાબમાં જતી નથી. આ પદાર્થ Glycolytic Ferment છે અને તે લોહીમાં હોય છે અને તે કીનેઇઝને મળતું હોય છે અને તે પ્રોફર્મેન્ટને ફરમેન્ટ બનાવે છે અને તે Carbohydrate વ્યાપારને વ્યવસ્થિત કરે છે. પેન્ક્રીઆસ અને બીજા રસપિંડોનો આમન સામન વ્યાપાર અચંબો પમાડે છે. ખાસ કારણ હોય તેવા દરદોમાં બરલનું સત્વ ઉપયોગી છે. તાજું સત્વ જો બે ઝેન આપે તો રાતાં રજકણો ત્રણ ગણાં વધી જાય છે અને ઘોળાં રજકણો દોઢાં થાય છે. ક્ષયમાં આ ઇન્જેક્શન પાંચ ઝેનના પ્રમાણમાં લીધાથી શરીરમાં લોહી ભરાય છે. બરલનું સત્વ પાંદુરોગ, ક્ષય, બરલવૃદ્ધી, એન્ટેરીકરીવર, લ્યુકેમિયા

અને જે દરદમાં વિષ ઓછું કરવું હોય તેમાં સફળતાપૂર્વક વપરાય છે. ખરલનું સત્વ વિધારી નથી. ખરલનું સત્વ પેન્ક્રીઆસના રસને વધારી પાચનશક્તિમાં મદદ કરે છે તેથી તે શરીરને મજબુત બનાવવામાં ભાગ લે છે તેથી પેન્ક્રીઆસ અને ખરલ એ બંનેનાં સત્વો બેગાં ફીક પડે છે. ભૂતકાળમાં જે ઉપયોગ થતો હતો તેના કરતાં ભવિષ્યમાં વધારે ઉપયોગ થશે.

## પ્રકરણ ૮ મું.

### જનન અવયવો.

પરમેશ્વરે વિશ્વની રચના કરી એ પ્રકારનાં ગ્રાણીઓ પેદા કર્યાં છે. સ્ત્રી અને પુરુષ. સ્ત્રીના અવયવો જૂદા અને પુરુષના અવયવો જૂદા હોય છે. તે પ્રથક પ્રથક આપણે તપાસીએ.

**પુરુષના અવયવો**—પુરુષના અવયવોમાં વૃષણ મુખ્ય છે. તેમાં ગ્રીણી ગ્રીણી નલીકાઓ હોય છે. આ નલીકાઓની વચમાં ધપીથેલીયમના જેવા તંતુઓ હોય છે. અને તે તંતુઓના કોષોને Celle of Leydig અથવા Interstitial Gland કહે છે. દરેક ગ્રાણીમાં તે જૂદી જૂદી હોય છે. વીર્ય પેદા કરનાર નલીકાઓ મુસ્ત હોય છે તે વખતે જે ગ્રાણી યૂવાવસ્થાને પ્રાપ્ત થાય છે તો આ કોષો સંકુચી વધારે કામે લાગેલાં હોય છે. આ કોષોના માન-તંતુઓ અને રક્તવાહીનીઓ કાપી નાખવામાં આવે તો તેઓ શોષાઈ જાય છે. આ કોષો બહુકોણવાળા હોય છે અને તેમાં દાણાદાર ચરબીવાળું (lipoid) પ્રવાહી હોય છે તેમજ oxyphetic and Basifetic ના દાણા પણ હોય છે. જે વખતે આ કોષો કામમાં લાગેલાં હોય છે તે વખતે વાઝડેફર-સને દોરીથી બાંધી લઈએ તો પણ યૂવાવસ્થાનાં જે ચિન્હો હોવાં જોઈએ તે (Secondary

Sexual character) પેદા થાય છે અને કામેપણા પણ ઉત્પન્ન થાય છે. તેથી એમ સિદ્ધ થાય છે કે આ કોષો એવું જીવન રસાયન પ્રવાહી તૈયાર કરે છે કે જે લોહીમાં મળીને યુવાવસ્થાનાં તમામ ચિન્હો પેદા કરે છે. નાનાં બાળકોમાં વૃષણની ગાંઠો થાય છે તેથી તે અકાળે કામેચ્છા થાય છે અને બીજાં ચિન્હો યુવાવસ્થાનાં પણ ખાય છે. જે આ વધારાની ગાંઠો Tumours ને કાપી કાઢીએ તો પાછાં તે ચિન્હો અદૃશ્ય થાય છે. જે વૃષણ યુવાવસ્થા પછી કાપી નાખવામાં આવે છે તો યુવાવસ્થાની નિશાનીરૂપ (Secondary Sexual characters) જે જે ચિન્હો હોય છે તે અદૃશ્ય થવા માંમે છે અને તેનું અવલંબન કરનાર Prostate છે તે પણ સંકોચાઈ જાય છે, પણ જે લીડીંગના કોષો તેમને તેમ હોય તો કાંઈ ખસર થતી નથી. વૃષણ કાપી કાઢેલ પુરુષોમાં ચરબી વધી જાય છે અને પેશાબમાં થોડે ઘણે અંશે સાકર પણ જાય છે, અને પિચ્યુટરી નામનો રસપિંડ મોટો થાય છે અને હાડકાં મોટાં થાય છે. બેડ્રીનલ્સ પણ વધી જાય છે.

ઉપરનાથી સમજાશે કે આ અવયવો ખાસ જીવન રસાયન પ્રવાહી તૈયાર કરે છે તેથી તેનો અભ્યાસ ખાસ કરવો જોઈએ. જીવન વ્યાપાર બરોબર ચલાવવામાં અને નકામા પદાર્થો બહાર કાઢી નાખવામાં આ બરોબર ભાગ લેજો છે. શરીરના ઓજસ, અને હેમ્મતનો ભાગ પણ આમાં છે. (ભાગ=કારણ કે થાયરોઇડ પણ ઉપયોગમાં આ સાથે છે માટે). આ રસપિંડને થાયરોઇડ, પિચ્યુટરી, બેડ્રીનલ્સ, અને થાયમસ સાથે સારો સંબંધ છે તે હવે તો સમજાઈ ગયું હશે.

સને ૧૮૮૬ માં ગ્રાઉન ટ્રીકવાર્ડ નામના યુરોપીઅન ગ્રહસ્થે વૃષણનું સત્વ પોતાના શરીરમાં દાખલ કરીને તે અખતરો બહાર પાડ્યો હતો તેથી દુનિયાનું ધ્યાન તેના ઉપર ગયું હતું. તેણે જણાવ્યું કે માંસપેશીની શક્તિ આનાથી વધે છે અને ગમે તેટલું કામ કરવા

છતાં થાક લાગતો નથી અને અલ્પભેદી નવચૂવા અચંબો પમાડે તેવી આવી જાય છે અને તેથી તેણે એમ જણાવ્યું કે ચૂવાવસ્થા ટકાવવા વૃષણનું જીવન રસાયન પ્રવાહી બસ છે. અને જો વૃષણનું પ્રવાહી ઓછું થાય તોજ વૃદ્ધાવસ્થા આવે છે; માટે અશક્તિનાં ચિન્હો જણાય કે તુરંત તે સત્વ લેવું, કે જેથી શક્તિ આવી ચૂવા આવે. આ તેનો અભિપ્રાય જો કે બરોબર નથી છતાં પણ આપણે જો સુશ્રુત સંહિતા ચિકિત્સાસ્થાન અ. ૨૬. વાજકરણ તંત્ર તપાસીએ તો જણાશે કે—

પિપ્પલી લલણોપેતમ્ ચસ્તાણ્ઢં ક્ષીરસર્પિષા ।

સાધિતં મક્ષયેષસ્તુ સ ગચ્છેત્ પ્રમદાશતમ્ ॥

જો પીપર અને સીંધાલૂણ સાથે બકરાના અંડને ઘીથી તળાખાવામાં આવે તો તેને સો સ્ત્રી સાથે મૈથુન કરવા જેટલી શક્તિ આવે છે, એવો મારા સમજવા પ્રમાણે અર્થ થાય છે, પછી વિદ્વાન બીજો અર્થ કરે તો આ લેખકને જરૂર જણાવે કારણ કે મસ્તકે મસ્તકે જૂદી મતી છે. બુદ્ધિનો પાર નથી. વળી તેજ સ્થાનના સ્લોકો ૧૫-૧૬-૧૭ અને ૧૮ તપાસીએ તો તેમાં પાડા અને ઉંટનાં વીર્યોનું પાન કરવાનું પણ લખ્યું છે. તેમજ ૨૩મો શ્લોક પણ તેને જ સમર્થન આપે છે. આ ઉપરથી જણાશે કે પાશ્ચાત્ય અને પૌર્વાત્ય બન્ને આ બાબતમાં મળતાં થાય છે. યોગ વિદ્યા આગળ વધી અને તે કામેચ્છાને ધિક્કારે છે છતાં પણ અર્ધ પશ્ચાતન સાધવામાં આવે અને પાણીમાં પ્રયોગ થાય તો પણ નવજીવન પ્રાપ્ત થાય છે અને આ પાપમય પ્રવૃત્તિમાંથી બચી જવાય છે. આ વિષય માટે આપણે છેવટનું પ્રકરણ રાખીશું. અત્યારે તો આપણે આ વિદ્યા-વિજ્ઞાન સમજાવે.

અત્યારે આપણે વૃષણનું સત્વ જો વાપરીએ તો વૃદ્ધાવસ્થાને દૂર રાખી શકતા નથી. આ સત્વથી બળ આવે છે અને હસ્ત સાફ લાવી પેશાબની થેલી ઉપર ઠાણુ આવે છે. જીવન વ્યાપારને હિતેજનાર વૃષણનું પ્રવાહી છે. આપણે ધાતુ નબળા પડી છે એમ કહી જે દર-

દીને સારવાર આપીએ છીએ તેજ આ દરદ કે જેમાં ધાતુ ક્ષીણતાનાં  
અર્થાં ચિન્હો જણાય છે. ધાતુ ક્ષીણતા એટલે ગ્રંથણના પ્રવાહીમાં  
ન્યૂનતા. જ્ઞાનતંતુની નળગાઇ પણ આ ન્યૂનતાથી આવે છે. અને  
જ્ઞાનતંતુ તથા મગજમાં નળગાઇ આવી તેને ગગતાં દરદો થાય છે.  
થાકેલ, ક્ષેયપોષ્ય અનેલ અને નળગા અંધાના મંદ દેખાતા મનુષ્યોમાં  
શરીરની ગરમી ઓછી રહે છે, નાડી ધીની ચાલે છે, લોહીનું દબાણ  
ઓછું હોય છે, હોઝરી અને આનરડા નળગાં પડેલાં હોય છે, તેવા  
દરદીમાં આ પ્રવાહી ઓછું હોવાનું આપણે ધારીએ છીએ તે વાત  
સત્ય છે અને આવા દરદીને ગ્રંથણનું સત્ય આપીએ તો તે તાજે  
થઈ પાછા શક્તિવાન અને છે. ચામડીનાં દરદોમાં પણ ગ્રંથણનું સત્ય  
વપરાય છે. ગ્રંથણની માફક ખાસ ઉપયોગી બીજે રસપિંડ **સેમિનલ ગ્રાન્ડલ**  
નામનો છે. તે રસપિંડ લીંગના મૂળમાં ગુદાની અગાડી રહેલ છે. તે  
જીવન રસાયન પ્રવાહી તૈયાર કરે છે. તે પ્રવાહી *Spermatozoa*  
ને ચંતના આપે છે. તે પ્રવાહી તેજસ, ઓજસ, બુદ્ધિ, શક્તિ અને  
દિમ્મત આપે છે. તેના કમીપણથી મગજ અને જ્ઞાનતંતુઓ નળગાં  
પડી માણસ ખોટા બ્રમમાં પડી શરમીદા જેવો થઈ, ખોટા વિચાર  
કરે છે અને ગાંડા જેવો બની જાય છે. જેને અંગ્રેજીમાં *melancholia*  
કહે છે તે આ પ્રવાહીના ન્યૂનપણથી ઉદ્ભવે છે. આ રસપિંડનાં  
સત્વો વિષારી હોય છે માટે થોડી માત્રામાં વાપરવાં. આટલું પુરૂષના  
અવયવો વિશે જણ્યા પછી હવે આપણે સ્ત્રીઓના જનનઅવયવો જાણીએ.

**સ્ત્રીઓના જનન અવયવો**—સ્ત્રીમાં અંડાશય, સ્તન્યગ્રંથીઓ,  
અને ઔર એટલા ખાસ વિશેષ જાણવા જેવાં છે.

**અંડાશય**—આ રસપિંડને અંગ્રેજીમાં *ovary* કહે છે. તેઓ  
બે છે. ગર્ભાશયની બાજુએ તે બે આવેલ છે. તેમાં “કનેક્ટીવ ટીશ્યુ”  
વધારે છે અને તે લોહીઆળ રસપિંડ છે. તેના કોષો ત્રાક જેવા છે.  
તેમાં બીજી જાતના કોષો પણ છે. આ અંડાશય જો ઓપરેશનથી  
કાઢી લેવામાં આવે તો સ્ત્રીના સ્તન્યો પુરૂષ જેવા રહે છે, અટકાવ

આવતો નથી, કોમળ વાળ ઉગતા નથી, ગર્ભાશય સંકોચાઈ જાય છે. સુત્રારીનદ્ધસ નાના થાય છે, અને પીચ્યુષ્ટરી વધે છે. શરીરનું વજન વધે છે અને ચરબી શરીરમાં વધી જાય છે. અને થાયરોઇડ ઘટે છે. અંડાશયમાં બે જાતના પ્રવાહી છે. એક ઉત્તેજક છે અને બીજું શામક (depressor) છે. ઈન્ટરસ્ટીશયલ કોષોનું ઇન્ફેક્શન ગર્ભાશયની માંસપેશીની કુદરતી ચલન શક્તિને અટકાવે છે અને કોર્પોસ લ્યુટીઅમનું સત્વ દુધને વધારે છે. કોર્પોસ લ્યુટીઅા સ્તન્ય ગ્રંથીને વધારે છે અને મોટી બનાવે છે. સ્તન્યગ્રંથીમાંથી પણ એવું પ્રવાહી પેદા થાય છે કે જે દુધને વધારે છે અને સગર્ભા સ્ત્રીમાં જો તે આપીએ તો ગર્ભપાત કરે છે. અંડાશય ઉપર સ્ત્રીત્વનો આધાર રહે છે. અંડાશય ન હોય તો સ્ત્રીત્વની નિશાની ન આવે એ સ્વાભાવિક છે. અંડાશયના સત્વથી લોહીનું દબાણ વધે છે, હૃદયને મંદ પાડે છે, જીવન વ્યાપાર (metabolism) ને ઉત્તેજે છે, પેશાબની દાજત વધારે છે. ફાસફેરીક એસીડ અને યૂરીઆ પેશાબમાં વધે છે. અંડાશયમાં કયો ભાગ જીવન રસાયન પ્રવાહી તૈયાર કરે છે તે શંકાશીલ છે. Interstitial cells, Corpora lutea, Graafian Follicles માંથી કોણ બનાવે છે તે કહી શકાય નહીં. કોર્પોસ લ્યુટીઅા રસપિંડના તમામ ગુણો ધરાવે છે. દેખાવે અને તેના તંતુઓ જોતાં તે રસપિંડ જણાય છે. ઈન્ટરસ્ટીશયલ સેલ્સ પણ તેના જેવીજ છે. તે અટકાવ વખતે મોટી થાય છે. ગર્ભવાળા સ્થિતિમાં ગ્રેશીયન ફોલીકલ્સ કે જેમાંથી કોર્પોસ લ્યુટીઅા થાય છે તેમાં ફેરફારો થાય છે. ઘણા એમ માને છે કે ગ્રેશીયન ફોલીકલ્સ પણ જીવન રસાયન પ્રવાહી બને છે. ગર્ભને પોતાની અંદર લઇ લેનાર ગર્ભાશયનું અંદરનું અંતર છે તેને તૈયાર કરી ઘટ બનાવવાનું કામ આ પ્રવાહીનું છે, કોર્પોસ લ્યુટીઅાનું પ્રવાહી ગર્ભાશયમાં લોહીના જમાવને ઓછો કરે છે, અંડાશયને ફલીત કરવા દેતું નથી અને ઔર બનાવવા તૈયારી કરે છે. અંડાશયના આ ઉપરથી બે પ્રવાહી નક્કી થયા; એક કુદરતી અટ-

કાવ લાવનાર અને બીજું ગર્ભાશયમાં ગર્ભસ્થાપક. સ્તન્યગ્રંથી અને અંડાશયને સંબંધ સારો છે. અંડાશય સાફ હોય તો સ્તન્ય સારાં હોયજ.

અટકાવની અનિયમિતતા દૂર કરવા અંડાશયનું સત્વ ઉપયોગી છે. કોર્પોરાલ્યુટીયમ અને અંડાશયના તંતુનું સત્વ એમ બે પ્રકારનાં સત્વો આવે છે.

**સ્તન્યગ્રંથી**—અંડાશય સ્તન્યગ્રંથી ઉપર અસર કરે છે. ઓવેરીયન ફેલીકલ બ્લે ફાટે તો સ્તન્યો મોટાં થાય છે. આર એવું પ્રવાહી તૈયાર કરે છે કે તે સ્તન્યગ્રંથી મોટી કરી તેમાં દૂધ ભરે છે. આ ઉપરથી એમ સમજાય છે કે સ્તન્યગ્રંથીનું સત્વ દૂધ વધારે છે અને અંડાશય બ્લે બહુ કામે લાગી જાય છે તો તેને નિયમમાં રાખે છે. તેથી સ્તન્યગ્રંથીનું પ્રવાહી અને અંડાશયના પ્રવાહીની વિરુદ્ધ કૃતી થઈ ગણાય. તેથી અત્યાર્તવ અટકાવવા સ્તન્યગ્રંથીનું સત્વ અપાય અને તેથી ગર્ભાશયનું લોહી બંધ થાય તે ગર્ભાશયની ગ્રંથી—Tumours—માંપણુ વપરાય છે. દરદ અને લોહી અટકે છે. થાયરોઈડ અને સ્તનગ્રંથી એ બેનાં બેગાં સત્વો તૈયાર આવે છે તે વપરાય છે. દુધ વધારવા ખાસ કરીને સુવાવડ પછી વપરાય છે.

**આર**—એવું પ્રવાહી તૈયાર કરે છે કે જે વડે સ્તનમાં દુધ ભરાય છે. આ સિવાય આર માટે વધારે જણાયું નથી.

---

● In menstrual deficiencies, Dysmenorrhoea and sterility ovarian residue should be used and for menopause headache ovarian substance should be used.

અંડાશયનું પ્રવાહી કમિ થાય તો પરિણામે થાયરોઈડ પશુ બગડે અને મિક્સધીમા જેવું થઈ સાંધા દુઃખે અને બાજે હાઈપર થાયરોઈડનું દરદ હોય તેમ થાય.

When the head is will down pituitary Extract should should be injected intramuscularly.

## પ્રકરણ ૯ મું.

થાયમસ, લીમ્ફવાહક ગ્રંથીઓ અને પીનલ બોડી ઇત્યાદી.

થાયમસ નામનો રસપિંડ ગર્ભમાં બાળક હોય છે તેવા વખતે ત્રીજા માસમાંજ તૈયાર થવા માંડે છે અને જન્મ વખતે બરોબર તૈયાર થઈ રહે છે અને ત્યાર પછી તે ધીમે ધીમે યુવાવસ્થા સુધી ઘટવા માંડે છે તે એવી રીતે કે યુવાવસ્થામાં તે નામનોજ રહે છે. તે ઝીણી ઝીણી ગોળાઓનો મળેલો છે અને આ ગોળાઓ ફરતું તથા એકંદરે સઘળે ફરતું તંતુવાળું અસ્તર હોય છે. બે ગોળાની વચમાં રક્તવાહીની હોય છે. તેમાં લીમ્ફવાહક તંતુઓ હોય છે અને તેના બહુ બાજુવાળા હોય છે. તેમાં અમુક ગોળા જેવા ઝીણા દાણા હોય છે. આ દાણાને હસલના દાણા Corpuscles of Hassal કહે છે. તેમાં એક Nucleus હોય છે અને તેના ફરતું ઇપીથેલીયમનું અસ્તર હોય છે. રાતા નુકલીઅસવાળાં રજકણો, બહુ ટપકાંવાળા રજકણો, રજકણવાળા કેષો થાયમસમાં જણાય છે. તેમાંથી Xanthine, adenine, Leneine નામનાં સત્વો નીકળે છે. તેમાં ખાસ Nuc-leoproteid નામનું સત્વ છે. યુવાવસ્થા પછી તે ક્ષીણ થવા માંડે છે અને તેમાં કનેકટીવ ટીસ્યુ વધવા માંડે છે. જે પ્રાણીમાં આ ફેરફાર નથી થતો તેમાં બધી લીમ્ફવાહક ગ્રંથીઓ વધી જાય છે અને જેને Status Lymphaticus નામની સ્થિતિ કહે છે તેવું દરદ થાય છે. થાયમસના બે ભાગ છે અને દરેકમાં અંદર અને બહારનો ભાગ એવા બે જાતના તંતુઓ પણ છે. લોહીના ઘોળાં રજકણો તૈયાર કરવામાં આ ગ્રંથી ભાગ લેછે અને બરધ જેવા તેના સઘળા ભાગ પણ જણાયજ છે. આ રસપિંડમાં એવા ખાસ કોર્ષ પણ પ્રકા-રના કેષો જણાયા નથી કે જે જીવન રસાયન પ્રવાહો તૈયાર કરતા



હોય. તેથી આ રસપિંડ બધા રસપિંડોમાં દાખલ થતો નથી છતાં પણ અત્ર ઉપયોગી હોઈ તેને લેવામાં આવ્યો છે, કારણકે જનન અવયવના ઉપર તેની અસર અવળી છે. એટલે કે તે જનન અવયવોને ખીલવા દેતું નથી તેમજ યુવાવસ્થાનાં કોઈ પણ ચિન્હો અને જાતી (Sex) નાં કોઈ પણ ચિન્હો ખાસ આવવા દેતો નથી તેથી આ રસપિંડ ફક્ત ગર્ભમાં અને બાલકાળમાં જ હોય છે, યુવાવસ્થા થતાં તે અદસ્ય જેવો થાય છે. જો વૃષ્ણો કાપી નાખે તો થાયમસ તેવોનેતેવો રહેતો નથી. અને જો થાયમસ કાપી નાખે તો વૃષ્ણો એકદમ વધી પોતાનું કામ શરૂ કરે છે કે જેથી યુવાવસ્થા જલ્દી પ્રાપ્ત થાય છે. થાયરોઇડ બગડે તો થાયમસ જેવોનેતેવો જ રહે છે અને ગ્રેન્ડ ટીઝીઝમાં તે ઘણો જ વધી જાય છે. થાયમસ નબળો પડે તો લાડકાં પોચાં થાય અને માંસપેશીની નબળાઈ આવે છે અને બરફ વધી જાય છે તેથી થાયમસ બાલકાળમાં નબળું પડે તો રીકેટ નામનું દરદ થાય છે. રીકેટના દરદમાં થાયમસનું સત્વ કામ આવે છે.

**સ્ટેટસ લીમ્ફેટીકસ**—થાયમસ જો એમને એમ રહે અને યુવાવસ્થા પ્રાપ્ત થતાં છતાં પણ તે નાનો ન થાય તો પછી Status Lymphaticus નામનું દરદ થાય છે કે જેમાં Thymus persistence હોય છે. આ દરદમાં શરીરના સઘળા Lymph tissue અતિવૃદ્ધિને પામે છે અને હૃદયના બંધ થવાથી મૃત્યુ થાય છે. થાયમસ અદસ્ય થયા પછી યુવાવસ્થા ખેસે છે અને જનન અવયવો વૃદ્ધિગત થાય છે અને તેની પ્રવૃત્તિ પણ વધી પડે છે તેથી એમ જણાય છે કે લોહીમાં જનન અવયવનું પ્રવાહી મળવાથી તે પ્રવાહી થાયમસને ગાળી નાખે છે અને જ્યારે થાયમસ પ્રવૃત્તિમાં બાલકાળે હોય છે તે વખતે જનન અવયવોને શાન્ત રાખે છે. સ્ત્રીનું અંડાશય કાઢી નાખીએ તો થાયમસ વધી જાય છે અને જો થાયમસ વેળાસર કાઢી નાખીએ તો જનન અવયવો વહેલા પરિપક્વ થઈ યુવાવસ્થા જલ્દી આવે છે.

**થાયમસ અને બીજા રસપિંડો**—થાયમસ અને થાયરોઇડને સંબંધ છે તે આપણે જોઈ ગયા છીએ. થાયરોઇડ ના હોય તે વખતે થાયમસ વધી જાય છે. જે થાયરોઇડ જખમથી કપાઈ જાય છે, તેનામાં તે વૃદ્ધીગત થાય છે. Ex-opthalmic Goitre ના દર-દીમાં થાયમસ ઘણુંજ વધેલું હોય છે. Grave's Disease and Ex-opthalmic Goitre માં થાયમસ એક્સટ્રેસ્ટ ફાયદાકારક થઈ પડે છે. શરીરમાં યુનાનું Calcium પ્રમાણ બરાબર રાખવા માટે થાયરોઇડ એક ઇજનેર છે. તેથી કરીને હાડકાંના છેડાઓમાં ચૂનો પૂરાઈ તેઓ મજબૂત બને છે. જે પ્રાણીમાંથી આ રસપિંડ કાપી કાઢવામાં આવે છે તેનાં હાડકાં પોચાં થાય છે અને પરિણામે રીકેટસ નામનું દરદ થાય છે. પ્રથમ શરીર જરા ભારે થાય છે. પછી શરીર નબળું પડે છે અને હાડકાં બરડ થઈ જાય છે તેથી તે બાંગી જાય છે, અને રીકેટનું દરદ થાય છે. માનસિક સ્થિતિમાં ફેર થાય છે અને માણસમાં ગાંડપણ જેવું વરતાય છે. આ બધું એજ બતાવી આપે છે કે કેલ્શ્યમનો વ્યાપાર શરીરમાં બરાબર સચ-ચાતો નથી; અને શરીરમાં પોતાના ઉપયોગ માટે Lime Salts યુનાનાં તત્ત્વો બહુ ઓછાં રહે છે. આ ઉપરથી સિદ્ધ થાય છે કે યુનાના પદાર્થો ઉપર આ રસપિંડનો ખાસ કાબુ છે. જેને મોંગો-લીયન ઇડીઅસી કહે છે તેને અને થાયમસને ખાસ સંબંધ છે, તરણ કે તે ફેરફારસ ઉપર પણ ખાસ નિયમન રાખે છે. આ કાર્યમાં થાયમસ નિષ્ફળ નિવડવાથી મગજ અને હાડકાંના ફેરફારો થાય છે. મજની નબળાઈ અને શરીરના વધવમાં વિલંબ થવાનાં કારણો ક્ત થાયમસમાંજ છે તેથી તેવા દરદોમાં થાયમસનું સત્વ ઠીક પડે છે.

આપણે આગળ જોઈ ગયા છીએ કે પેરાથાયરોઇડ નામના રસપિંડો પણ Lime Salts ઉપર કાબુ રાખે છે. તેથી જ આ બંને રસપિંડો બગડે તોજ પેશાબમાં Lime Salts વધારે જાય. કુદરતે એકજ કાર્ય એક રસપિંડને સોંપ્યું નથી પણ તે કાર્ય

માટે બે જાણુને કામ સોંપી બુદ્ધિમતા વાપરી છે; તેથી જો બન્ને બગડે તોજ ખાસ દરદ ઉત્પન્ન કરે છે જેને Fragilitas Ossium કહે છે.

નીચેના દરદોમાં થાયમસ એકરૂઢ વપરાય છે:—

(1) Ex-ophthalmic Goitre. (2) Mongolian Idiocy. (3) Disturbances of calcium metabolism. (4) Fragilitas Ossium. (5) Cachexia Thymipriva. (6) Mal-Nutrition. (7) delayed Physical mental and sexual development. (8) Rickets.

થાયમસનું સત્વવિષારી નથી; અને તે ૪૫ ગ્રેન સુધી આપી શકાય છે. તેની માત્રા ૫ થી ૧૫ ગ્રેન છે. પણ તે ગાંડીયાવામાં (Gout) ન આપવી તેમજ જેના લોહીનું દબાણ વધારે હોય તેને, ચરબીમય શરીર હોય તેને અને અતી રૂઢપુષ્ટને તે આપવું નહીં.

**લીમ્ફવાહક ગ્રંથીઓ**—આ ગ્રંથીઓ જો કે રસપિંડો નથી છતાં પણ રસગ્રંથીઓ તરીકે તેને પાશ્ર્વાત્યોએ વર્ણવી છે. તેમાં ચોરીયા, મગજ, સુષુમ્ણા (Spinal Cord) ગુદા અને ફેફસાં છે.

લીમ્ફવાહક ગ્રંથીઓનું કામ શરીરને જંતુઓના હુમલાથી બચાવવાનું છે અને તે લીમ્ફ નામના પ્રવાહીના અભિસરણથી થાય છે. લીમ્ફવાહક ગ્રંથીના પ્રવાહીમાં ક્ષયના જંતુનો નાશ થાય છે. જે વખતે ચોરીયા વધે છે તે વખતે લીમ્ફજનક ગ્રંથીઓનું સત્વ અપાય છે. જે બાળકમાં લીમ્ફજનક ગ્રંથીઓ અને ચોરીયા વધી ગયા હોય અને શ્વાસ લેવામાં હલકત આવતી હોય તેવાં બાળકને થોડીક માત્રા જો લીમ્ફજનક ગ્રંથીના સત્વની આપીએ તો ચોરીયા અને ગ્રંથીઓ મટી જાય છે.

**ખરસ અથવા લીમ્ફજનક ગ્રંથીનાં સત્વ ક્ષયમાં વપરાય છે.**

મગજ અને જ્ઞાનતંતુમાં Licithin, Cholesterin, lipoid નામના ફેરફરસવાળા પદાર્થો છે તેથી તેનાં સત્વો, લીમ્ફજનક ગ્રંથીનાં

સત્વો અને વૃષણ અથવા અંડાશયનાં સત્વો સાથે માનસિક નબળાઈમાં વપરાય છે તેવું મેં વાંચેલ છે.

**પીનલ ગ્લેન્ડ**—આ રસપિંડને જનન અવયવ સાથે સંબંધ છે. આ રસપિંડમાં જે ગાંઠ થઈ આવે તો કામાસક્તી વધી જાય છે. મગજ અને બરડાની કરોડના પ્રવાહીને મગજના ત્રીજા ખંડમાં લઈ જવા લાવવાનું કામ આ રસપિંડનું છે. યોગી લોકોને તેથી આ રસપિંડ ઘણોજ ઉપયોગી છે. જનન અવયવો ઉપર અંકુશ રાખી વધવા દેતો નથી. તે મુત્રલ અને દૂધવર્ધક છે. શરીરની ચરબી, વધવું, મગજ અને મનનું તંદુરસ્તપણું, જનન અવયવોનું સાત્ત્વ આના ઉપર છે. મગજના ત્રીજા ખંડના તળીએ આ રસપિંડ આવેલો છે અને ત્યાંથી તે ઉપડતો દેખાય છે. સ્ત્રીમાં તે સ્તેજ મોટો હોય છે અને બાળકમાં તે મોટા કરતાં સ્તેજ મોટો હોય છે. યુવાવસ્થા પછી થાયમસની માફક અદસ્ય થાય છે. તેનું સત્ત્વ લોહીનું દબાણ ઓછું કરે છે. ગર્ભાશયની માંસપેશીને સંકોચે છે. તે ન હોય તો શરીર વધી જાય છે અને યુવાવસ્થા વહેલી આવે છે. તે યોગીનું ત્રીજું નેત્ર છે. આ રસ્તો ખુલ્લો તો તેને બ્રહ્મચાન થાય છે. આ પિંડને જગાડવાની મુદ્રા તે ખેચરી મુદ્રા છે. આ મુદ્રા વડે તે શિવ થઈ શકે છે; આ સંસાર તરવાની કુંચી આ રસપિંડ પાસે છે. યોગી લોકો તેને જગાડવા આસનો, પ્રાણાયામ, ધ્યાન, ધારણા, નિદિધ્યાસન, યમ, નિયમ, ઉપવાસ, વ્રતો કરે છે. આખર સિદ્ધ થઈ તેને જગાડી પરમપદને પામે છે.

**ફેફસાં**—શુષ્ક ખાંસી, એમ્ફીસીમા, દમ, શળ, ક્ષય, એમ્બ્રાએમામાં તેનું સત્ત્વ હેરાવર નામનો સાહેબ વાપરે છે.

**ગુર્દા**—ચૂરીમીયા, Chronic Nephritis માં ગુર્દાનું સત્ત્વ વપરાય છે.



## પ્રકરણ ૧૦ મું.

### પ્રકીર્ણ.

શરીરના જુદા જુદા રોગોમાં શરીરના અવયવોમાંથી જુદી જુદી બનાવટો બનાવવામાં આવી છે. જે અવયવો રસાયણિક પ્રવાહી તૈયાર કરે છે તેનાં સત્ત્વો એવી મત્તજબથી બનાવવામાં આવ્યાં છે કે જે અવયવમાં પોતાનું પ્રવાહી ન્યૂન હોય તેને આ સત્ત્વથી ફાયદો થાય. તેના ચાર વિભાગ છે.

૧. ન્યૂનતા પૂરી કરવા માટે ખુટતું પ્રવાહી આપી ખોટ પુરી કરે છે.

૨. જ્યાં પ્રવાહી અધીક કરવાની જરૂર હોય તે.

૩. જ્યાં ખાસ કાર્ય માટે યોજાય તે.

૪. ઉટવૈદ્ય.

પ્રાણીઓના તાજા અવયવોમાંથી તત્ત્વો તૈયાર થાય છે. સઘળા અવયવો શુદ્ધ કરી, ચરબી દૂર કરી તેને ચોખ્ખા કરે છે અને અમુક સત્ત્વો અમુક પ્રાણીનાજ વધારે ફાયદાકારક છે એમ પ્રયોગથી જાણાયાથી અમુક જાતનાંજ પ્રાણીઓમાંથી અમુક તત્ત્વો તૈયાર થાય છે. આખા રસપિંડની જરૂર છે કે તેના ભાગની જરૂર છે તે પણ ખાલમાં રખાય છે. જ્યાં આખા ગ્લાંડની જરૂર હોય ત્યાં ખાલી જગ્યામાં તેને સુકવીનાખી તેની ગોળીઓ બનાવે છે; અને જેમાં રસપિંડનો અમુકજ ભાગ જરૂરનો છે તેવામાં તેટલા ભાગનુંજ સત્ત્વ તૈયાર થાય છે. જેમકે પીચુધટરીનો પાછલો ભાગ.

આ રસપિંડોનું ચૂર્ણ, પ્રવાહી, ઇન્જેક્શનના રૂપમાં અને ગોળીના રૂપમાં આવે છે. અને દરેક બનાવનાર તેની માત્રા પણ છાપીને મૂકે છે. માત્રા ખાસ જાણવાની જરૂર પણ છે.

અવયવ.	જનાવર.	સત્વના ટકા.	વિષારીતત્વો.	માત્રા.
એડ્રીનલ.	બકરું.	૨૦	P. સુપ્રારી- નલગ્લાંડ.	૧ થી ૨ ગ્રેન
ડીઓડીનમ (Secr- itin).	કુક્કર.	૧૫	એડ્રીનલીન.	૫ થી ૧૫ ગ્રેન
પીચ્યુઇટરી.	જનાવર.	૨૨	N. P.	૧ થી ૩ ગ્રેન
ગુદી.	કુક્કર.	૨૦	P.	૫ ગ્રેન
યકૃત.	"	૩૦	N. P.	૧ થી ૫ ગ્રેન
ફેફસાં.	વાછરડો.	૨૦	N. P.	૧ થી ૧૦ ગ્રેન
સ્તન.	ગાય.	૨૦	N. P.	૨ થી ૫ ગ્રેન
માનતંતુ.	ગાય.	૨૦	N. P.	૫ થી ૧૦ ગ્રેન
અંડાશય.	કુક્કર.	૩૩	N. P.	૧ થી ૨ ગ્રેન
"	"	૧૬	P.	૩ થી ૫ ગ્રેન
"	ગાય.	૧૩	...	...
ગેંઠીઆસ,	કુક્કર.	૩૦	N. P.	૧ થી ૫ ગ્રેન
પેરાથાયરોઇડ.	ધોડો.	૨૨	P.	૧ થી ૧૦ ગ્રેન
ક્રાર.	ધેકું.	૧૪	N. P.	૫ ગ્રેન
પ્રોસ્ટેટ.	ધોડું.	૨૦	P.	૧ ગ્રેન
લીમ્ફોજનક ગ્રંથીઓ	...	...	N. P.	૩ થી ૫ ગ્રેન
બરલ.	કુક્કર.	૨૩	N. P.	૨ થી ૧૦ ગ્રેન
પીનલ ગ્લેન્ડ.	...	...	N. P.	૫ થી ૧૦ ગ્રેન
હોજરી.	"	૨૦	...	...
વૃષણ.	બળદ.	૧૨	P.	૧ થી ૧૦ ગ્રેન
થાયમસ.	વાછરડો.	૧૭	P.	૫ થી ૧૫ ગ્રેન
થાયરોઇડ.	બકરું.	૨૫	P.	૧ થી ૧૦ ગ્રેન
આંતરડાં.	...	...	N. P.	M. H. ૧ થી ૩ ગ્રેન

P = Poisonous. N. P. = Non-Poisonous.

M. Mouth. H. Hypodermically.

અનાવટ.	માત્રા.	દરદ.
Ext. Thyroid.	૧-૧ ગ્રેન ૨ થી ૫ ગ્રેન M or H	હાયપોથાયરોડીઝમ મીક્સ-છડીમા ક્રેટીનીઝમ Delayed development toxamia Obesity Constipation Menstrual Disorder Skin Diseases Neurosis Psychoses.
પેરા થાયરોઈડ	પ્રોથીરોઈડ } ગ્રેન રોથીરોઈડ } M or H	Paralysis agitans telany. Ex-ophthalmic Goitre Epilepsy (Restlessness, trem rs, loss of weight)
સુપ્રારીનલ્સ	૧ થી ૨ ગ્રેન એડ્રીનલીન } ૧=૧૦૦૦૦ } M or H	Hypo adrenia addision Dis ease typhoid Cholera etc Osteomalasia. tuberculoses. Neurasthenia. Exhaustion State.

પીચ્યુષ્ટરી	(1)	૧ થી ૫ ગ્રેન	Acromegaly M. hypotension whole Gland hypopituitarism Dyspituitarism Constipation.
	(2)	Posterior lobe	Uterine stimulation
		૫ થી ૧૫ ટીપ્સ	Shock, Collapse
		M. or H.	Intertinal Peresis
		(Pituitry)	Amenorrhoea Failure of Lactation Diabetes Insipidus.
જૃષ્ણુ		૧ થી ૩ ગ્રેન.	Neurasthenia
		૫ થી ૧૦	Impotency obesity
		M. or H.	hypopieris Defects of Development.
અંડાશય		૩ થી ૫ ગ્રેન	Amenorrhoea Dysmenorrhoea
		M	Infantalism Neurasthenia Mal-Nutrition.
Thymus.		૫ થી ૧૫ ગ્રેન	Ex-ophthalmic Goitre
		M	Delayed Development Rickets Disordered Cal. Met.
પ્રેસ્ટેટ		૧ ગ્રેન	M Melancholia Neurosis.



સીઝીટીન	૧ થી ૩ ગ્રેન M	Gastro Int Disorder Diabetic M.
આંતરડાં	૧ થી ૩ ગ્રેન M	Constipation Colitis.
ચુર્દા.	૩ થી ૫ ગ્રેન M	Urœmia Nephritis Albuminuria.
પકૃત	૧૦ થી ૨૦ ગ્રેન	Constipation Glycouria
Lymphatic Gland.	૩ થી ૫ ગ્રેન M H	Enlarged Tonsils Adenoid Growth Hodgekin Disease
સ્તનપ્રંચી	૫ થી ૧૦ ગ્રેન M	Menorrhage, Metrorr- hagia Febroid. Over action of ovaries.
પે-કીઆસ	૫ ગ્રેન M	Diabetes melitus Int. Inder Tuberculosis hyperadrenation
ખરક	૨ થી ૧૦ ગ્રેન M H	T. B. Typhoid Splénomeguly Mal-Nutrition.
પીનડ	૩ થી ગ્રેન	Obesity
ફેફસાં	૨ થી ૫ ગ્રેન M	Chr Bronchites Emphysema Asthma T. B.

પ્લેસેન્ટા	૩ થી ૫ ગ્રેન	Uterine Subinvolution, M lack of mammary Secretion.
ગ્લાન્ડુલ	૫ ગ્રેન	Nervous Disorders Mal-Nutrition loss of weight.

આપણે ઉપર પ્રમાણે માત્રા તથા દરદનો વિચાર કરી ગયા. હવે જો એકીસાથે બધા રસપિંડોનું પ્રવાહી ઓછું થાય તો તેનાં ચિન્હો થઈ આવે છે અને સઘળા રસપિંડોના પ્રવાહી એકત્ર કરીને તે Pluriglandular product તરીકે વપરાય છે. મગજ અને શરીરની એકંદરે નબળાઈ કે જેને Neurasthenia કહે છે તેમાં આ સઘળા રસપિંડોની બનાવટ વપરાય છે. વૃષણ, થાયરોઇડ, સુપ્રારીનલ અને પીચ્યુઇટરી નામના રસપિંડો શરીરને બરોબર તંદુરસ્ત રાખે છે તેથી તેનાં સત્વો વપરાય છે.

કેટલીક બનાવટો ગ્લાન્ડુલો સાથે વૃષણના સત્વની બનેલી હોય છે અને તેમાં થાયરોઇડ અને પીચ્યુઇટરી મેળવે છે.

હવે અમુક દરદી આપણી પાસે આવે એટલે આપણને ખ્યાલ આવી શકે કે આ દરદીનો અમુક રસપિંડ બગડ્યો છે અને આપણે અમુક રસપિંડનું સત્વ આપીએ તો અમુક ચિન્હો પણ થશે.

થોડાંક પ્રીસ્ક્રીપ્શનો:—

Thyroid Ext. gr. ૧૦

Pituitary Ext. gr. ૧૦

Cerebrin

Oxchitin aa gr. I

Oppenheimer

Pituitary gr. ૧૦

Thyroid	gr. ૧૦
Ovarian	
Mammary	aa gr. I
	<i>Oppenheimer</i>

for amenorrhoea, Dysmenorrhoea,  
Neurasthenia, hypochondria.

Adrenal Gland	gr. $\frac{1}{4}$
Thyroid	gr. $\frac{1}{2}$
Spermin Ext.	
Brain Substance	aa gr. I
Cale Glycerophosph	ad gr. V
	(Horrorer)

Tonic in low blood pressure, in mental cases,  
T. B. Glycosuria, Tachicardia, anxiety.

Thyroid Ext.	gr. $\frac{1}{4}$
Pituitary whole	gr. $\frac{1}{2}$
Orchetic Ext.	
Adrenal Ext.	aa gr. $\frac{1}{2}$

આ ઉપરાંત અંગ્રેજી કંપનીઓ પોતપોતાની ખાસ બનાવટો  
તૈયાર કરે છે; તે તે કંપનીનાં કીરટો બેવાથી જણાશે.



## પ્રકરણ ૧૧ મું.

**વાત-પિત્ત-કફ અને જીવન રસાયન પ્રવાહી.**

આયુર્વેદનો જીનામાં જીનો વાત-પિત્ત અને કફનો સિદ્ધાંત જીવન રસાયન પ્રવાહી ઉપર રચાયો છે. આપણે સમજી ગયા કે શરીરમાં જે રસપિંડો અને રસ ગ્રંથિઓ છે તે જીવન રસાયન પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરે છે અને તે લોહીમાં મળે છે અને શરીરનો વ્યાપાર ચલાવે છે. આથીકરીને શરીરના શ્વિરાભિસરણમાં તેની અસર નાડી વાટે જણાય છે. કેટલાકનો એવો મત છે કે નાડી તપાસવાનું જ્ઞાન આયુર્વેદમાં જણાતું નથી પણ તે પાછળથી ઉદ્ભવેલું જણાય છે. ચરક સુશ્રુતના ગ્રંથોમાં તે જણાતું નથી પરંતુ આ હકીકત માનવા જેવી નથી. નાડી પરિક્ષા વડે દરદનું નિદાન તેઓ કરતા હતા, અને આ આખતના તે વખતે ખાસ ઇલાયદાં પુસ્તકો હોવાથી તેઓએ પોતાના ગ્રંથોમાં પુનરાવર્તન કર્યું જણાતું નથી. હવે જો આપણે એમ માનીએ કે તેઓ નાડી પરિક્ષા કરતા ન હતા તો પછી તેઓ કઈ પરિક્ષાથી દરદ તપાસતા હશે એ સવાલ ઉપસ્થિત થાય છે. આપણે એમ સમજીએ કે નાડી પરિક્ષા એ એકજ પરિક્ષા નથી પરંતુ બીજી દરદ તપાસવાની જે રીતિઓ છે તેના વડે તેઓ તપાસતા હશે, પરંતુ આ સિદ્ધાંત ખોટો છે; કારણ કે વાત પિત્ત અને કફની પ્રણાલી જ નાડી ઉપર રચાયેલી છે, અને જો વાત, પિત્ત અને કફનો સિદ્ધાંત આયુર્વેદનો છે તો નાડીનો સિદ્ધાંત પણ તેની સાથેનો જ જીનો છે; અને જો નાડીજ્ઞાન નથી તો વાત, પિત્ત અને કફનો ત્રિધાતુ સિદ્ધાંત પણ નથી.

જીવન રસાયન પ્રવાહી લોહીમાં મળીને જીવન ટકાવે છે. પરંતુ તે જો અધિક અગર ન્યૂન થાય તો તેવાં ચિન્હો ઉત્પન્ન કરે છે અને તેની અસર પણ નાડીમાં આવે છે. અને આ વખતે જો

લોહીને રસાયણિક રીતે તપાસવામાં આવે તો પણ તેની ખખર પડે છે. આ ખખત ઉપર પશ્ચિમમાં અખતરાઓ ચાલે છે પરંતુ આયુર્વેદના પ્રાણાચાર્યોએ લોહીના વેગ ઉપરથી કમી જમ્સ્તીનાં ચિન્હો શોધી કાઢેલાં છે, કારણકે નાડીનો વેગ લોહીની ગતિ ઉપર આધાર રાખે છે અને ચાયરોઈડ નામનો રસપિંડ લોહીની ગતિ ઉપર કાબુ ધરાવે છે. તેથી કરીને એમ સિદ્ધ થાય છે કે જો જીવન રસાયન પ્રવાહી કમી હોય તો નાડી ધીમી ચાલે છે અને અધિક હોય તો જલદ ચાલે છે. નાડી તપાસવાનું મુખ્ય સ્થાન જમણા હાથના અંગુ-ઠાના મુળ પાસે કાંડા ઉપર છે અને તેના ઉપર ત્રણ આંગળી મુકવામાં આવે અને પ્રથમ આંગળી ઉપર ધબકારો આવે તે વાયુની નાડી સમજવી. બીજી આંગળી ઉપર પિત્ત અને ત્રીજી આંગળી ઉપર કફની નાડી સમજવી. હવે આ વાત-પિત્તની નાડીને જીવનરસાયન પ્રવાહી સાથે સરખાવીએ તો રસપિંડોના ત્રણ વિભાગ થયા. મગજ ઉપર અને ઘડા-પિંગળા વિભાગ ઉપર. નાડીઓના તંત્રા ઉપર અસર કરનાર પ્રવાહી તે વાત અને ખોરાકનું પચન, લોહીનું ફરવું અને શરીરનું તૈજસ સચવાવું તેમજ લીવર, પ્રેન્કીઆસ અને ડીઓડીન-મના રસપિંડો તથા એડ્રીનલનું સાત્ત્વ જે રાખે છે તે પિત્ત. જનન અવયવો, પીચ્યુઇટરી તથા ધાતુ ઉપર અસર કરનાર, છાતી, હોજરી અને પિનલ્ડ બોડીને સતેજ રાખનાર તે કફ. એવી રીતે વાત, પિત્ત અને કફના વિભાગો જીવન રસાયન પ્રવાહી સાથે થયા. હવે આ ઉપરથી નાડી તપાસીએ અને ધારો કે દરદીને તપાસતાં પ્રથમની આંગળી ઉપર નાડીનો ધબકારો આવ્યો અને બીજી આંગળી ઉપર ધબકારો આવ્યો. આપણે જાણીએ છીએ કે પ્રથમની આંગળી ઉપર જો ધબકારો આવે તો તેને વાયુની અને બીજી ઉપર આવે તો પિત્તની નાડી જાણીએ છીએ. દરદીને વાયુ અને પિત્તની નાડી થઈ હવે જોવું કે નાડી ધીમી છે કે જલદ ? ધારો કે નાડી જલદ છે, તો તેને વાયુ અને પિત્તનું અધિકપણું છે. હવે આને આપણે જીવન

રસાયન પ્રવાહી સાથે સરખાવીએ. વાયુ એટલે જે રસપિંડો જીવન રસાયન પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરી મગજ અને ધડા-પિંગળા વિભાગ ઉપર તથા Sympathetic Plexus ઉપર કાણુ ધરાવે છે તે અધિક છે અને તેથી કરીને દરદીને પચન થતું નથી, પેટમાં આક્રોશ રહે અને કબજિયાત થાય. તેની સાથે પિત્તના અધિકપણાનાં ચિન્હો હોવાથી જે જીવન રસાયન પ્રવાહી રૂધિરાભિસરણ ઉપર કાણુ ધરાવે છે તે અધિક છે. તેથી તેને લોહી વિકારનાં દરદો થતાં નથી પરંતુ શરીરની અંદર બેચેની આવે છે. એટલે તેને ખાસ કરીને પાચન દવાઓ આપવી જોઈએ. આ રીતે ત્રિધાતુ સિદ્ધાંત જીવન રસાયન સાથે સરખાવાયો. પેરાથાયરોઈડનું પ્રવાહી મગજ પર કાણુ રાખે છે અને થાયરોઈડ તથા સુપ્રારીનલ્સ અને વૃષણનું પ્રવાહી મગજને ઉત્તેજન આપે છે. આ ઉપરથી જીવનરસાયન પ્રવાહીના બે ભાગ થયા. એક પ્રવાહી inhibitory અને બીજું Exciting છે. આ બે જીવન રસાયન પ્રવાહીની ક્રિયાઓ ધ્યાનમાં રાખવાથી વાત, પિત્ત અને કફની ક્રિયા બરાબર સમજાશે. વળી એટલું પણ ખાસ યાદ રાખવું કે શરીરના ઉપર મથજ કાણુ આ પ્રવાહી દ્વારા જ રાખે છે. અને આ પ્રવાહી મગજના ઉત્પન્ન થયા પહેલાં તૈયાર થાય છે, તેથી આ પ્રવાહી મૂળ ધાતુ છે અને તેના ત્રણ વિભાગ થતાં ત્રિધાતુ સિદ્ધાંત સિદ્ધ થયો.

આપણામાંના ઘણા વાયુનો અર્થ Nervous System કરે છે અને પિત્તનો અર્થ Circulatory System કરે છે તેમજ કફનો અર્થ ચિકણો પદાર્થ, શ્લેશ્મ અથવા Lymphatic System કરે છે પણ તેમ નથી. જે જીવનરસાયન પ્રવાહી મગજ ઉપર અસર કરે છે તે વાત કહેવાય છે પરંતુ જે વાત એટલે Nervous System લખ્યો તો નર્વસ સીસ્ટમના દરોજ હોવાં જોઈએ પરંતુ નર્વસ સીસ્ટમનાં જે દરોજ છે તે સઘળાં તપાસતાં અને વાત બ્યાધિના જે ચોરાશી દરોજ છે તેમાં ઘણો ફેર પડે છે. આપણે શુભકું ચક્રુ હોય

અને તપાસીએ તો આયુર્વેદ પ્રમાણે તે પણુ વાત, પિત્ત અગર કફથી થયેલું જણાય છે. પેટમાં ગરબડાટ થાય છે, મગજમાં ફેર આવે છે, અગર શરીર ચરબીથી ભારે થઈ જાય છે, તેને પણુ આપણે વાત વ્યાધિમાં મુકીએ છીએ. હવે ખરૂં જ્ઞેતાં આ દરદો કાંઈ નર્વસ સીસ્ટમનાં નથી, પરંતુ રસપિંડો તરફ નજર કરીએ તો થાયરોઇડના બગડવાથી શરીરમાં ચરબી વધે છે, ચામડીનાં દરદો પણુ થાય છે, અજીર્ણ થઈ પેટમાં વાયુ પણુ વધે છે, એટલે આ દરદ રસપિંડનું થયું. હવે વાત એટલે નર્વસ સીસ્ટમ નહિ, પરંતુ જે રસપિંડો જીવન રસાયન પ્રવાહી બનાવે છે, અને શરીરમાં જ્યાં જ્યાં વાત ધાતુ રહેવી જોઈએ ત્યાં રહી, અને શરીરનો જીવન વ્યાપાર બરોબર ચલાવે તે છે. પેરા-થાયરોઇડમાં ફેર પડે એટલે મગજ ઉપરનો કાબુ ઓછો થાય અને ચક્કર આવે, પેટમાં ભુખ ન લાગે તેમજ ચરબી પણુ વધે એટલે પેરાથાયરોઇડ પણુ વાત ધાતુને મળતું પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરે છે. ધાતુ એ દેહના બંધારણની સાથે માતાનાં ગર્ભમાં ઉત્પન્ન થાય છે; અને જે વખતે મગજ હોતું નથી તેવી ગર્ભની સ્થિતિમાં પણુ શરીરનો ગર્ભમાં જીવનવ્યાપાર ચાલે છે તે ફક્ત આ જીવનરસાયન પ્રવાહીથીજ ચાલે છે.

ચરક અને શુશ્રુતના વખતમાં લખાયેલા ગ્રંથોમાં તેમજ હાલના ચાલતા અખતરાના રિપોર્ટોમાં આ સંબંધીનું અદ્ભૂત જ્ઞાન છે; તેથી કરીને જુના અને નવા સાથે પ્રયોગોથી સિદ્ધ કરવું તે હાલના પ્રાણુ-ચાર્યોનું કર્તવ્ય છે.

આયુર્વેદમાં ખાનપાન અને રતુચર્યા ઉપર ધણુંજ ધ્યાન અપાય છે. સૂર્યનો પ્રકાશ, શુદ્ધ જળ અને હવા ઉપર ધણુંજ છણી છણીને કહેવામાં આવે છે તેનો અર્થ પણુ એજ થાય છે કે શરીરમાં રહેલા રસપિંડોને ખાનપાનથી તેમજ હવા અજવાળાથી સુધારી જીવનરસાયન પ્રવાહીને શુદ્ધ બનાવવું. દાખલા તરીકે આપણે જોઈએ છીએ કે જે ગાયો અને ભેંસો વગરનાં સૂર્યના તાપની નીચે ચરે છે તેનું

દૂધ શુદ્ધ અને પૌષ્ટિક હોય છે. કારણકે સૂર્યની ગરમી, ખુલ્લો પ્રકાશ, શુદ્ધ હવા અને નદીનું ખળખળ વહેતું શુદ્ધ જળ તેનો આધારો. ખોરાક પચાવવામાં મદદ કરે છે; અને તેના સધળા રસપિંડોને તંદુરસ્તીમાં મુકી તેનું જીવનરસાયન પ્રવાહી શુદ્ધ બનાવે છે. આ ઉપરથી સિદ્ધ થાય છે કે આયુર્વેદના ખાનપાનના અને તંદુરસ્તીના બીજા નીયમો પણ રસપિંડોને સુધારવા માટેજ છે, અને તે બીજા નામથી સમજાવે તો ધાતુને શરીરમાં યરોગ્ય રાખવાને માટે છે. ત્રિધાતુની વધઘટ કહો કે જીવનરસાયન પ્રવાહીમાં વધઘટ કહો તે સરખુંજ છે અને તેની વધઘટ થવી તેજ રોગનું કારણ છે.

આટલા વર્ણન ઉપરથી સમજાયું હશે કે અમુક રસપિંડોનો સમુદય જે પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરે છે તે વાત અને અમુક રસપિંડો જે પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરે છે તે પિત્ત અને અમુક રસપિંડો જે પ્રવાહી ઉત્પન્ન કરે છે તે કફ. હવે વાત પિત્ત અને કફના કયા કયા રસપિંડો છે તે તપાસીએ.

વર્ષાઋતુમાં પિત્તનો સંચય થાય તે શરદ ઋતુમાં કાપે છે, અને હેમંત ઋતુમાં વાયુનો સંચય થાય તે વસંત ઋતુમાં કાપે છે અને ગ્રીષ્મ ઋતુમાં વાયુનો સંચય થાય તે પ્રાવૃષ ઋતુમાં કાપે છે, એટલે ધાતુઓની વૃદ્ધિ અને ક્ષિણતા થાય છે એમ સાચીત થયું. હવે જે આપણે વાત ધાતુ એટલે નર્વસ સીસ્ટમ લઈએ તો નર્વસ સીસ્ટમ કાંઈ વધતી અગર ઘટતી નથી, તેથી વાયુ તે ધાતુ છે પણ વસ્તુ નથી. નર્વસ સીસ્ટમ તો નરી આંખે માણસના શરીરમાં શસ્ત્ર ક્રિયા કરતી વખતે જોઈ શકાય છે, કેટલાક એમ માને કે વાયુનું સ્થુળ સ્વરૂપ તે નર્વસ સીસ્ટમ અથવા પેટની અંદર ગડગડતો વાયુ તે વાત ધાતુ છે, પરંતુ જેમ સોડા બાયકાર્બમાં ટાર્ટ્રીક એસીડ નાખીએ અને ઉલટાણુ આવી જેમ હવા ઉત્પન્ન થાય છે તેવીજ રીતે આંતરડાની અંદર ખોરાક સાથે જુદા જુદા રસો લળવાથી જે હવા (ગેસ) ઉત્પન્ન થાય છે તે કાંઈ વાયુનું સ્વરૂપ નથી. પરંતુ તે રસાયણિક



ક્રિયાનું પરિણામ છે, તેમજ હીવરની અંદર પિત્તની ક્રિયાળીમાં રહેલું પિત્ત તે કાંઈ પિત્તનું સ્થૂળ શરીર નથી, પરંતુ જઠરાગ્નિ માટે ખોરાક પચાવવા જે રસોની જરૂર છે તે માંહેનો તે એક રસ છે, પરંતુ પિત્ત તો કંઈ એક જુદીજ ચીજ છે. તેવીજ રીતે કફ એ કાંઈ શરીરમાંનો ચીકણો પદાર્થ નથી પરંતુ શરીર જેનાથી ટકી રહે છે તેવી ધાતુમાંની એક ધાતુ છે, અને ખાસ કરીને વૃષણની અંદર રહેલ અમુક સેક્સ તેને તૈયાર કરે છે અને તે શરીરને મજબૂત બનાવે છે. સુશ્રુતમાં વાત, પિત્ત અને કફ માટે નીચે પ્રમાણેનું વર્ણન છે:—

તत्र प्रस्पन्दनोद्ब्रजन पूरण विवेक धारण

लक्षणो वायुः पञ्चधा प्रविभक्तः शरीरम्

धारयति ॥૩॥ સુશ્રુત. સુત્રસ્થાન. અ. ૧૫.

तत्र वातक्षये मन्दवेष्टताभ्यवाक्यत्वं मरुपद्वर्षो

મૂઠ સંજ્ઞતાઘ ॥૧૧॥ સુશ્રુત. અ. ૧૫. સુત્રસ્થાન.

तत्र वात वृद्धौ वाक्पाकृत्यं कार्यं काण्यं

गच स्फुरणमुष्णकामिता निव्रानाशोऽरूप बलत्वं

गाढ चर्च स्कંत्वं ॥૧૬॥ સુશ્રુત. સુત્રસ્થાન અ. ૧૫.

ઉપરના શ્લોકમાં જોતાં પૂર્વાચાર્યોએ આંતરડામાંથી નીકળતા વાયુને વાત ધાતુ માનેલી નથી. ઉપરના શ્લોકમાં વાયુ વૃદ્ધિ અને ક્ષિણતા પામે છે તેવું નર્વસ સીસ્ટમમાં બને તો બચકર પરિણામો આવે, માટે વાયુ માટે હવે નિર્વિવાદ રૂપે સાબીત થયું કે બીજી કોઈ પણ ચીજ નથી પરંતુ અમુક સમુહના રસપિંડો જે પ્રવાહી તૈયાર કરે છે તે છે.

વાત=વા+કત

=વા=અતિવાળો+કત=કરનાર

=અતિ કરનાર

વાયુ એટલે ગતિ કરનાર. તે એશ્વર્યસંપન્ન, સ્વતંત્ર, અવિ-  
 નાશી, કારણબુદ્ધ, સ્વયંભૂ અને વ્યાપ્ત છે, એટલે સ્વયંભૂ અને વ્યાપ્ત  
 મેળ સાબિત કરે છે કે તે નર્વસ સીસ્ટમ નહિ પરંતુ સધળા શરીરમાં  
 પાપક નર્વસ સીસ્ટમ ઉત્પન્ન થયેલ સ્વયંભૂ વાયુ છે, અને તે  
 શરીરનો વ્યાપાર ચલાવે છે. આ વાયુ જે ન હોય તો શરીર અંધાયજ  
 હિ, એટલે શરીરના વિનાશ અને ઉત્પત્તિનું કારણ વાયુજ છે. જે  
 વખતે ગર્ભમાં શરીર અંધાતુ હોય તે વખતે આ ધાતુ પ્રાથમિક ક્રિયા  
 રે છે, ત્યાર પછી શરીરની બધી સીસ્ટમો ઉત્પન્ન થાય છે અને  
 મા બધી સીસ્ટમોમાં પોતે પ્રવેશી જીવનવ્યાપાર ચલાવે છે. વાયુ  
 મેદન કરતી વખતે શરીરમાં જણાતો નથી પણ ક્રિયામાંજ ફક્ત  
 ભગત છે. હવે જે આપણે નર્વસ સીસ્ટમ વાયુ નરીકે લઈએ તો તે  
 શાસ્ત્રક્રિયા વખતે જણાય છે માટે વાયુ તે જીવનરસાયન પ્રવાહીજ છે.  
 ૧ રક્ત, શિતળ, લઘુ અને ખર છે. શબ્દ અને સ્પર્શના ગુણવાળા  
 ૨ રજો આદિ ગુણો તેમાં રહેલા છે, સર્વ પ્રકારની લાગણી, જલદી  
 રેક્ટેરાઈ જવું, દયા, ક્ષમા, કુરતા અને નિસાસા વિગેરેની લાગણીઓ  
 મા પ્રવાહી ઉપર આધાર રાખે છે. આ પ્રવાહીજ મનનું સ્થાન છે  
 અને શાસ્ત્રકારોએ મનને વાયુની ગતિ સમાન ગણેલ છે. આપણે  
 જણીએ છીએ કે થાયરોઈડ નામનો રસપિંડ તે મનનું સ્થાન છે,  
 ૧ શરીરને શાંત રાખે છે, તેનું પ્રવાહી પકવાશય અને ગુદામાં રહેતા  
 રસપિંડોને ઉચ્કેરે છે, અને તેથી પકવાશય તથા ગુદામાં વાયુનુંસ્થાન  
 રહેલું છે. મળમૂત્ર, પસિનાને બહાર કહાડવાનું કામ વાયુનું છે. એનો  
 મર્થ એવો છે કે થાયરોઈડ તે સર્વત્રે ગતિમાં મુકે છે, શરીરની  
 તર્વ ઈંદ્રિઓને વાયુ વિષયમાં પ્રેરે છે, અને શરીરને જીવંત રાખે  
 ૨. આવી રીતે સધળું કામ નર્વસ સીસ્ટમ દ્વારા રસપિંડો વાયુ સંબંધી  
 કામ લે છે. વાયુના પ્રકાર નીચે પ્રમાણે છે:—

૧ પ્રાણવાયુ—મોઢામાં, માથામાં, છાતીમાં, ગળામાં અને નાકમાં  
 રહે છે. હોઝરીની અને હૃદયની ગતિને નિયમમાં રાખે છે,

હોજરી, હૃદય અને ફેફસાં ઉપર ન્યુમેગેરટ્રીક નામની નાડી કાણુ ધરાવે છે અને તે નર્વસ સીસ્ટમનો એક ભાગ છે. નર્વસ સીસ્ટમ ઉપર પેરાથાયરોઇડ અને થાયરોઇડ કાણુ ધરાવે છે તેથી થાયરોઇડનું સત્ત્વ તે નાડી દ્વારા હૃદય અને હોજરી ઉપર કાણુ રાખે છે. આ સત્ત્વ જે ઓછું હોય તો ક્ષીણતા બતાવે છે, અને વધારે હોય તો તેજસ્વીતા બતાવે છે. એટલે વાયુનો ક્ષય મંદતા, અને વૃદ્ધિ ઉત્સાહન આપે છે, તે ઉપરના શ્લોકથી પણ સિદ્ધ થાય છે. જે થાયરોઇડનું સત્ત્વ મંદ એટલામાં આપીએ તો વાત ધાતુ ખરોખર થઈ દર્દી ઉત્સાહને પામે છે અને વૃદ્ધિ થાય તો અરુચિ, નિદ્રા નાશ થાય ત્યારે સુકા પદાર્થોથી ચિકિત્સા કરવી.

- ૨ ઉદાનવાયુ—ખોણવું, ચાલવું તેનાથી બને છે અને તેનું સ્થાન ગળામાં છે.
- ૩ સમાન વાયુ—તે હોજરીમાં રહે છે અને તે પાચનક્રિયા ચલાવે છે.
- ૪ વ્યાન વાયુ—રસને લોહીમાં મેળવે છે.
- ૫ અપાન વાયુ—વિષ્ટા, મળ, મુત્રને ગતિ આપે છે, અને તે પક-વાસયમાં રહે છે.

ઉપરના વાયુના વિભાગો ઉપરથી સમગ્રયું હશે કે વાયુને ત્રણો-ખરો આધાર પાચનક્રિયાની સાથે છે એટલે પાછલા પ્રકરણોમાં પાચનક્રિયાના રસપિંડોના વર્ણનમાં તેનો ખુલાસો થઈ ગય છે. એટલે જે ઇવનરસાયન પ્રવાહી થાયરોઇડ, પેરાથાયરોઇડ, સેલીવરી ગ્લેન્ડઝ, હોજરીના, આંતરડાના રસપિંડો અને ડીઓડીનમની મંદિઓ જે શક્તિ-ક્રિયા ઉત્પન્ન કરે છે અને જેના વડે આ વ્યાપાર ચાલી રહે છે તે વાયુ અથવા વાત ધાતુ છે. આ વાત ધાતુ કોપે તો દેહ પાડી દે છે. આ વાયુ લોહીમાં મળી તેના વહનની ગતિમાં ફેરફાર કરે છે, અને તેથી આપણે નાડી તપાસીએ ત્યારે તેની ખબર પડે છે. આટલા વર્ણન ઉપરથી સમગ્રયું હશે કે શરીરમાં રહેલો વાત ધાતુ તે એક ઇવનરસાયન પ્રવાહીનો વિભાગ છે.

## —પિત્ત—

પિત્ત=પિ+કૃત (પ્રસ્પન્દન, ઉદ્વદન, પૂરણ, વિવેક, ધારણ)=અગ્નિ.

=પિ=સંતાપ+કૃત= કરનાર,

=સંતાપ કરનાર (રાગ; યુક્તિ, ઓજ, તેજ, મેધા, ઉષમા).

ઉપર પ્રમાણે આયુર્વેદના આધારે પિત્તની વ્યાખ્યા જોઈએ તો પિત્ત એજ અગ્નિ છે અને તે આમાશયમાં આવેલા રસપિંડોમાં રહે છે. અને તે આદારને પચાવે છે. જેને આપણે જઠરાગ્નિ કહીએ છીએ તે હોજરીના પિંડોનો રસ નથી પણ પેંકીઆટીક નામના રસપિંડનો રસ પણ છે અને તેને પિત્તનો એક ભાગ કહીએ તોપણ ચાલે. હવે પિત્ત તે અગ્નિ લઈએ તો ઘી અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરે છે. પરંતુ ઘી પિત્તને શાન્ત કરે છે માટે જેને પાચકાગ્નિ કહેવામાં આવે છે તેને તે વધારે છે એટલે પિત્તનો મુખ્ય ભાગ પાચકાગ્નિ પણ થયો. માટે જેને આપણે લીવરની કોથળીમાં રહેલું પિત્ત કહીએ છીએ તે પિત્ત ધાતુ નથી પણ પાચનક્રિયામાં ભાગ લેનાર એક ધાતુ છે. હોજરીનો રસ, ડીઓડીનમના રસપિંડોનો રસ, અને આંતરડાના રસ-પિંડોનો રસ, પેંકીઆસનો રસ, અને પિત્ત એ સઘળા ખોરાકમાં મળી ખોરાક પચાવે છે અને તે રસ લોહીમાં મળી જીવનશક્તિ અર્પણ કરે છે. આ રસ તેજ ખરું પિત્ત છે અને તેના પાંચ વિભાગો છે—

- (૧) રંજકાગ્નિ—આ પિત્ત લોહીને રંગ આપે છે. લોહી ફરતું ફરતું ખરલમાં જાય છે અને ત્યાં તેને રાતાં રંજકણો પૂરાં પાડવામાં આવે છે. આ કાર્ય ખરલમાં થાય છે અને તે રંજકાગ્નિની મદદથી બને છે.
- (૨) પાચકાગ્નિ—આ પિત્તની મદદ વડે ખોરાક પચન થાય છે. અને તે હોજરીના રસપિંડોમાં રહે છે.
- (૩) સાધકાગ્નિ—આ પિત્તનો વિભાગ ખાસ ઉપયોગીતા ધરાવે છે. અને તે શુદ્ધિ, હિંમત, સ્મૃતિ વીગેરેને ઉત્પન્ન કરે છે. પીચ્યુ-ઈટરી અને થાયરોઇડના આંતરીક જે પ્રવાહ ચાલે છે તે ખાસ શુદ્ધિ, અને પ્રભાને વધારનાર છે.

- (૪) આલોચકામિ—આ પિત્ત ચક્ષુમાં રહે છે એટલે જે તેજસ પદાર્થ અદબ કરવાની શક્તિ છે તે આ પિત્ત છે.
- (૫) બ્રાજકામિ—આ પિત્ત ચામડીમાં રહે છે. ચામડીનો વ્યાપાર આની મદદ વડે ચાલે છે, આપણે જાળીએ છીએ કે ચામડી ઉપર થાયરોઇડ નામનો રસપિંડ કાણુ ધરાવે છે. અંત જે તે બગડે તો ચામડી ખરસટ, તુખી, ખરડ વાળા વાળી, અને કકરી બને છે. એટલે જે પિત્ત થાયરોઇડ ઉત્પન્ન કરે છે તે ચામડીના ઉપર કાણુ ધરાવે છે.

આટલા ઉપરથી સમજાશે કે પિત્ત તે કાંઈ સિવરમાં રહેલ પદાર્થ નથી પરંતુ જુદા જુદા રસપિંડો જે જીવનરસાયન પ્રવાહી બનાવે છે અને જેના વડે સિવર, ખરલ, ચામડી, હોજરી, આંતરડાંના રસપિંડો અને પેંક્રીઆસ કામ કરે છે, અને તેઓ જે પ્રવાહી બનાવી શોષીમાં મેળવી શરીરને ઓજસ અને તેજસ આપે છે, તે પ્રવાહી આ પિત્ત છે. આ વિષય હવે સ્પષ્ટપણે સમજાય તેવો છે, કારણકે પિત્ત શરીરમાં ખોરાક પચાવે છે, શરીરને ઓજસ અને તેજસ આપે છે. થાયરોઇડ, પેંક્રીઆસ, ડીઓડીનમ અને હોજરીના રસપિંડો જે પ્રવાહી તૈયાર કરે છે તેજ પિત્ત છે, અને તેનાથી આપણો જીવન વ્યાપાર ચાલે છે.

—કૃ—

કૃ=ક+કત

=ક=લીપ=આલિંગન+કત=કરનાર=આલિંગન કરનાર

ઉપરના અન્વયથી સમજાશે કે કૃ એટલે આલિંગન કરનાર. હવે આપણે વિચારીએ કે શરીરમાં આલિંગન કરનાર કઈ વસ્તુ છે ? ઉધરસમાં જે કૃ છાતીમાંથી નીકળે છે અથવા હોજરીમાં કાંઈ વખત ભારે પદાર્થો ખાવાથી જે મધુર કૃ નીકળે છે તે આલિંગન કરનાર નથી એટલે કૃ કાંઈ બીજી ધાતુ છે. કેટલાક લોકો સાંધા-ઓમાં જે પ્રવાહી રહે છે તેને અથવા ચામડીની નીચે પાતળું

અસ્તર હોય છે તેને અથવા લીફ્ટીક સીસ્ટમને કફ કહે છે. પરંતુ આ હકીકત માનવા જેવી નથી. કફ આમાશયમાં, મસ્તકમાં, કંઠમાં અને સાંધાઓમાં રહે છે. શરીરને વૃદ્ધી કરવાનું અને પુષ્ટતી આપવાનું કામ કફનું છે એટલે મસ્તકમાં જે પીચ્યુઇટરી નામનો રસપિંડ છે તે શરીરની વૃદ્ધિ અને પુષ્ટતા કરવામાં ઉપયોગી છે. તેમજ થાયરોઇડ સુપ્રારીનલ્સ અને જનન અવયવો શરીરના વધવામાં, યુવાવસ્થાની પ્રાપ્તિ કરવામાં, અને શરીરને પુષ્ટ કરવામાં ભાગ ભજવે છે. આ રસપિંડો જે જીવન રસાયન પ્રવાહી તૈયાર કરે છે તે મુળ ધાતુ રૂપે શરીરના આધારરૂપ છે અને તેજ કફ કહેવાય છે. તે ન હોય તો શરીર પુષ્ટ ન થાય. વૃષણના Cells of Leydig આ ધાતુને તૈયાર કરે છે. અને તે લોહીમાં મળે છે ત્યારે માલ્યુસમાં બુદ્ધિ, ઓજસ, અને તેજસ ખીલી નીકળે છે. આટલા વર્ણુન ઉપરથી સમજાશે કે જે જીવન રસાયન પ્રવાહી વૃષણો (સ્ત્રીઓમાં ઓવરી), થાયરોઇડ, અને પીચ્યુઇટરી તૈયાર કરે છે તે કફ.

વાત, પિત્ત અને કફ નામની ત્રણ ધાતુની જે પદ્ધતિ છે તે રસપિંડના જીવન રસાયન પ્રવાહી સાથે કેટલે દરજ્જે મળતી આવે છે તે ઉપરના વર્ણુન ઉપરથી સ્હેજે સમજી શકાશે. આ ત્રિપુટીની પ્રણાલી ( Three Humours ) કાંઈ હાસ્યજનક નથી પણ જીવનરસાયન પ્રવાહીને બંધબેસતી છે. જીવનરસાયન પ્રવાહી રસપિંડો તૈયાર કરીને લોહી સાથે મેળવી દે છે અને તે શરીરને જીવંત રાખવામાં મુખ્ય ભાગ ભજવે છે તે પાછલાં પૃષ્ઠોમાં સમજાઇ ગયું છે એટલે હવે અહીં વધારે તે સંબંધી પ્રિષ્ટપેષણ કરવાની જરૂર નથી. અહીંતો ફક્ત એજ જણાવવાનું છે કે વાત, પિત્ત અને કફની હાલ જે માન્યતા પ્રચલીત છે તેમાં આ નવી માન્યતામાં કેટલો ફેર છે ? આ પ્રકરણ બરોબર વાંચીને વાંચક તું તેને પચાવજે અને તને કાંઈ શંકા હોયતો પુછી ખુલાસો કરવા ચૂકીશ જ નહીં.

## પ્રકરણ ૧૨ મું.

### રસપિંડ અને વૃદ્ધાવસ્થા.

વાંચક, તું ચમકીશ નહીં. વૃદ્ધાવસ્થા શબ્દ જરા તને અણ-ગમેા ઉત્પન્ન કરશે. કારણ કે તે અવસ્થા પછી કાળની કરાડ જેવું ભયાનક મૃત્યુ આવે છે. મૃત્યુ ? હા. કેવો બીપણ શબ્દ. તે શબ્દ સાંભળી હૃદય સ્થંભી જાય, ચક્ષુઓમાં અશ્રુઓ વહે અને બુદ્ધી ખેંચે મારી જાય. આવું દુઃખ તે શાનું પરિણામ ? કહેવત છે કે સુખ પછી દુઃખ. યુવાવસ્થાના અનેરા ચિત્રવિચિત્ર બહુરંગી સુખોના આ સ્વાદથી પરિભ્રમતી અવસ્થા તે વૃદ્ધાવસ્થા-યુવાના સુખ પછી વૃદ્ધાનું દુઃખ.

અલખેલી યુવાવસ્થાની છાયા માનવીના તરણ પુષ્પની કળીની માફક ખીલતા દેહપુષ્પ ઉપર પડે કે તુરત, “ ઉઘડું, ઉઘડું ” કરતું યૌવન પૂર્ણ પ્રકારે ખીલી નીકળે છે. શરીરમાં મદન મહારાજનો પૂર્ણપ્રભાવ પ્રકટી નીકળે છે અને દરેક અવયવો તનમનાટ કરી રહે છે. પવન જેવું દુર્જય મન તે માનીનિઓના મન્મથસ્થાનમાં સ્થિર-તાને પ્રાપ્ત થાય છે અને તે કેલીપ્રાસાદના આસ્વાદને સંભારતું ઉન્મત રજા કરે છે. કેકિલકંઠી, હંસગમની, મુગ્ધાઓના મુખ-ચંદ્રમાંથી ઝરતા સૌંદર્યરૂપી સુધાના ધુંટડા ભરતાં ચકોરરૂપી ચક્ષુઓ ધરાતીજ નથી; અને મૃદુલ, મનોહર, આલાપવારીથી કલ્પસરોવરો ભરાતાંજ નથી. હીમ પર્વતની તળેટીમાં ઉગેલાં દાઢીમના દાણાજેવી દંતપંક્તિને રક્ષતા અધરમાંથી અધરામૃતનું પાન કરવા ઉચ્ચુક્ત મન શાન્તજ થતું નથી. આવી અલખેલી યુવાવસ્થા ! તેમાં પણ વળી જો ભજે લક્ષ્મી અને વિદ્યા !! તેમાં પણ વળી જો ભજે રાજમદ અને અધિકાર !!! અહા. તો તો પછી કહેવું જ શું. પૂર્ણચંદ્ર ગગનમાં વિહાર કરી રહ્યો હોય, સુંદર ઉદ્યાનના પુષ્પોની પરિમલવાળો મંદમંદ પવન વાહી રહ્યો હોય, પ્રાસાદના પૃષ્ઠ ભાગમાં, શીતલચાંદની

અને સુગંધી પવન સેવતાં. ખંજરી, વિણા અને નૂપુરના ઝંકાર સાથે ચાલતાં સુંદર વાદ્યો સાથેના આલાપોની મધ્યમાં, “ખમ્મા, જી, હજુર” ના ધ્વની સાંભળતાં જે આનંદના આસ્વાદો લેવાતા હોય અને દિવસે નરમ, સુંદર, મુગ્ધકર અને મનોહર વિરામાસનોપર મેશી ન્યાય અપાતો હોય તે દશાને તો ધન્ય છે. એ અલ્પમેલડી યુવાવસ્થાની પદ્ધતિ આવે છે વૃદ્ધાવસ્થા. શરીર યુવાન હોય તે વૃદ્ધ કેમ થાય છે તે તપાસીએ.

યુવાવસ્થા ખીલતાં શરીર તનમનાટ કરે છે. સ્ત્રીમાં મન રમે છે. જુદા જુદા પદાર્થોં નરક મન આકર્ષાય છે. દારૂ, માંસ, ગાંજો, ભાંગ, અપ્રીણ જેવા માદક પદાર્થોં; ચાહ, કૌશી, કેકો અને ગરમ ઉકાળા જેવા પીણાં અને તીખી, તમતી અનંત વાનીઓ આંતરડામાં વિપારી પદાર્થો ઉત્પન્ન કરે છે તેથી આંતરડાં મંદ થાય છે. ઉતાવળથી ખાતાં પુરૂ ચાવીએ નહીં એટલે પ્રાથમીક ચરબીવાળા પદાર્થોંનું પાચન મુખમાંથી થવું જોઈએ તે થાય નહીં. હોજરીમાં જઠર રસ પણ ખરોખર આપી શકે નહીં, પરિણામે પેન્ક્રીઆસનો રસ પણ એછો મળે તેથી સીકીટીન ઓછું મળે અને શરીરમાં ઝેર ભરાય. સર્વે રોગો મળ કાપવાથી થાય છે. આંતરડાંની ક્રિયા બગડી એટલે ચાથરોઇડ, વૃષણો પિચ્યુઇટરી અને સુપ્રારીનલ્સ પણ બગડે. વીર્ય ખરાખર હોયતો શરીર કાયમ ટકે; આવી યુવામાં ખરોખર રીતે વર્તન ના થાય એટલે શરીર બગડે છે.

આયુર્વેદમાં જૂદા જૂદા ખોરાક લેવાના નિયમો ખાનપાનની રીતથી બનાવ્યા છે. વાત, પિત્ત, કૃદ્ધની શાન્તિના ઉપચારો ઋતુ પરત્વે બનાવ્યા છે. હવા, સૂર્યનો પ્રકાશ, સુંદર ખોરાક, સ્વચ્છ કપડાં વિગેરેનું નિયમન બંધ પડે, માનસિક ચિંતા રહ્યા કરે એટલે માનસિક ચિંતાથી ચાથરોઇડ બગાડે. ચાથરોઇડ બગડે એટલે શરીરમાં ચરબી વધે. તેથી એડ્રીનલીન એડ્રીનલ્સમાં ઓછું થાય અને પરિણામે પિચ્યુઇટરી બગડે અને છેવટે વૃષણ પણ વીર્ય ઓછું પેદા કરે.



કામાસક્તિ ઓછી થાય અને શરીર બગડે. આથી વાળ ધોળા થાય. પર્શીનો શરીરે વધારે થાય અને ગંધાય. અશક્તિ આવે. યૌવન ઉતરી જૃદ્ધાવસ્થા આવે. જૃદ્ધાવસ્થામાં વાળ ધોળા થાય, ચામડીની કરચલીયો પડે, માંસપેશીઓ સુકાય, રક્તવાદીનીઓ ખરડ થાય, જ્ઞાનનંતુઓ નબળા પડે, આંખની દૃષ્ટી ઓછી થાય, દાંત પડી જાય, પાચનશક્તિ ઓછી થાય, દસ્તનો નિયમ ન રહે, કામાસક્તિ ઓછી થાય અને શરીરની સ્ફૂર્તિ પણ ઘટી જાય. આવી જૃદ્ધાવસ્થામાં ઊંખર ડંગર થાય અને પાદર તો પરદેશ થઇ પડે. આ અવસ્થામાં શરીરના બધા અવયવો શુષ્ક થાય છે અને રસપિંડો પણ પોતાનું પ્રવાહી આધ્રું તૈયાર કરે છે. આવી શરીરની મંદસ્થિતિ થતાં શરીર બદારના જંતુને બાગ થઇ પડતાં અકસ્માતને શરણ થાય છે અને તેથી રોગ ઉત્પન્ન થઇ મરણ નીવડે છે. કુદરતી મર્ણુ બહુજ સારી પ્રકૃતિવાળાને ધીરે ધીરે પ્રાપ્ત થાય છે. શરીર ધીમે ધીમે કૃષ થતાં તે મૃત્યુ પામે છે. કુદરતી મરણ તે એક નિદ્રા જેવું જ છે. તેમાં જરા પણ દુઃખ પડતું નથી. પરંતુ આવા મર્ણુ બહુ ઓછાં થાય છે. દીર્ઘજીવી મનુષ્યો હંમેશાં ઠંડુ સ્નાન અને વ્યાયામ કરે છે. તેઓ સાદો ખોરાક લે છે અને જીવન બાણુંજ કુદરતી રાખે છે. તેઓ ખોરાક એટલો બધો ચાવે છે કે પીવાઇ જાય છે અને પાણીને તેઓ ચાવીને ઉતારે છે. ચા, કેશી, કેકો, દારૂ, માંસ, મશાલાદાર વાનીઓ અને અતિઆહારનો ત્યાગ કરે છે. હંમેશાં ઓછામાં ઓછા બે ગાઉની મુસાફરી, ઠંડા જળનું સ્નાન અને સાદો ખોરાક દીર્ઘજીવન આપે છે. સહેરોનાં ગંદાજીવનમાં તો આપણા જીવનની પાયમાલી થાય છે. શરીરને પરિતાપ, મન ગ્લાનીમાંજ રહે અને શાન્તિજ નહીં. એક પુરૂષ ૧૨૫ વર્ષની હિમ્મરે શાન્તિથી બોલતાં ચાલતાં મરી ગયો તેણે કહેલું કે તે માથુસે કદી પણ માદક પદાર્થ લીધોજ નથી. તેમજ તેણે કદી બસનો સેવેલાં નથી. તે હંમેશાં બે ગાઉ ચાલતો, ઠંડા જળથી સ્નાન કરતો, તે હંમેશાં સૂર્યના

પ્રકાશ અને તાપનું સેવન કરતો અને ખુલ્લી હવાને તો તેના પ્રાણ-  
રૂપ સમજતો. ખોરાક તદ્દન સાદો રોટલી, દુધ, ભાત જેવો રાખતો.  
આપણું શાસ્ત્રો પણ શું કહે છે ? તેમજ ઋષીમુનિઓના દીર્ઘજીવન  
સંભાળો અને તેમનાં પ્રચંડકાય શરીરો તેમજ સુંદર મન સંભારો.  
એક માણસે કહેલું કે તે કદી ચીંતા, ઉપાધી, અને મ્હાનતાને તેના  
મનને અડકવાજ દેતો નહોતો તેથી તે તંદુરસ્ત બાંધો જળવી શક્યો  
હતો. આ વાત ખરી છે. આપણામાં પણ મન પ્રસન્ન રાખી જીવન  
લંબાવવાની કળા ક્યાં બોલી છે. કેટલાક દીર્ઘજીવન સોમલ આઈને  
કરે છે. સોમલ સીરીયાના લોકો તેમજ પર્સિયન લોકો ખાય છે.  
કેટલાક આયોડાઈડ લે છે કારણ કે થાયરોઇડમાં તે સત્વ મદદ આપે.  
કેટલાક વૃષણના તત્વોને મુખવાટે, ચામડી કે રૂસ વાટે લે છે.  
બ્રાઉનસીકવાર્ડ નામના માણસની શોધ પછી આ રીત વધારે અજ-  
વાળાંમાં આવી છે. આયુર્વેદ પણ દીર્ઘાયુષ પાળવા વીર્યનાં તત્વો  
લેવા બલામણુ કરે છે. સ્પર્મીન નામનું તત્વ યોહીમ્પીન સાથે લેવાથી  
પણ ઠીક ફાયદો થાય છે, પરંતુ યોગશાસ્ત્રો આ બધા રસપિંડોને  
સુસ્થિતિમાં રાખવા યોગના પ્રયોગો બતાવે છે તેથી દીર્ઘજીવન પણ  
પ્રાપ્ત થાય છે.

વૃદ્ધાવસ્થાને ટાળી શકવાનો ઇલાજ તો નથી પણ વૃદ્ધાવસ્થા  
મોટી આવે તે તો અત્યારે ચોક્કસ બને છે. વૃદ્ધાવસ્થા અને મૃત્યુ  
તે તો અત્યારે વિજ્ઞાન બાજી શકે તેટલી ઉંચી કોટીએ પહોંચ્યું નથી  
પરંતુ એટલું તો જરૂર માનવાનું કારણ મળે છે કે દીર્ઘ જીવન તો  
જરૂર પ્રાપ્ત થાય છે.

વૃદ્ધાવસ્થામાં વૃષણ પોતાનું જીવન રસાયન પ્રવાહી બોધું પેદા  
કરે છે તેથી જો તે પ્રવાહી આપણે શરીરમાં દાખલ કરીએ તો  
નવજીવન પ્રાપ્ત થાય છે. સુપ્રારીનલ્સ પોતાનું પ્રવાહી એડ્રીનલ્સ બોધું  
તૈયાર કરે છે અને થાયરોઇડ તથા પીન્યુઇટરી પણ શુદ્ધ થાય છે  
તેથી જો આ ચારે રસપિંડોનાં સત્વો શરીરમાં યુક્તિથી દાખલ કરીએ



System ધડા પિંગળા, સુષુમ્ણા વિભાગને ચેતન કરનાર યોગના પ્રયોગો. આ પ્રયોગોથી શરીરના Plexuses ચેતન થતાં અને જેને પાશ્ચિમાત્મે આપણા કબજામાં નથી એમ માને છે તેને તે યોગીઓ પ્રયોગો વડે કબજે કરતા અને તેથી રસપિંડોને કાર્યમાં પ્રેરી ચૂવાવરથા પ્રાપ્ત કરતા અને શરીર તમ સૂવર્ણ જેવું બનાવતા. મસ્તકમાં રહેલ પીનલ ગ્લાંડ તે માણસની ત્રીજી આંખ છે. ખેચરી મુદ્રા સિદ્ધ કરી, પ્રાણાયામથી જો તે દ્વાર ખુલ્લું કરે અને પીનલગ્લાંડને ચેતાવી આત્માનાં પ્રવાહી (cerebro spinal fluid) ને ત્રીજા ખંડમાં પ્રેરે તો જરૂર જીવ મરી શીવ થાય અને જીવન દીર્ઘ થાય. પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે મરવાનું તેનામાં સામર્થ્ય આવે છે. તેને અષ્ટસિદ્ધીઓ (અણીમા ગરીમા આદી) પણ પ્રાપ્ત થાય. શીવનું ત્રીજું લોચન ખૂલતાં કામને બાળ્યો તેથી એટલું પણ સમગ્રાય છે કે શીવે પીનલગ્લાંડને ચેતન કરી કામાત્મી બાળ્યો અને અજર અમર થયા. યોગ વિદ્યાથી જરૂર દીર્ઘજીવી થવાય છે.

## પ્રકરણ ૧૩ મું.

### રસપિંડ અને વિટેમિન્સ.

શરીરને ટકાવવાનો આધાર ખોરાક છે અને તે ખોરાક આપણે જે લઈએ છીએ તે મુખમાં પ્રથમ ચવાઈને હોજરીમાં જાય છે અને ત્યાં પચન થઈ આંતરડામાં જાય છે. અહીંથી પોષણતત્વો શરીરમાં શોષાઈ નકામો ભાગ વિષ્ટા રૂપે મોટા આંતરડામાંથી બહાર ગુદા વાટે પડે છે.

જે જે પોષણતત્વો શોષાણું તે લોહીમાં મળે છે અને જુદી જુદી રસમંથીઓમાં જઈને તેને તેના પ્રવાહીમાં મેળવી રસમંથીઓના પ્રવાહીને સરખું રાખી શરીરને ધારણ કરે છે અને તેજ

ધાતુ કહેવાય છે. આ ધાતુ દ્વે રસ નામને પામીને વાત, પિત અને કફમાં વહેંચાઈ જાય છે. વાત, પિત અને કફના શરીરમાં સ્થાનો ને છે તે આગળ કહેવાઈ ગયાં છે અને તે રસનું ન્યૂનાધિકપણું થવાથી થતાં દરદોની સારવાર પણ કહેવાઈ ગઈ છે, તેમજ આ રસ રૂધીરમાં મળી શરીરને જીવંત રાખે છે.

અહીં કૃત્ત આપણે લીધેલ ખોરાકનાં પોષણકારક તત્વોને તપાસીશું કે જેનો મુખ્ય આધાર વાત-પિત-કફ (Internal Secretion) છે. પોષણકારક તત્વોને અંગ્રેજીમાં Vitamins કહે છે. આપણે જે ખોરાક લઈએ છીએ તેમાં તે પોષણકારક તત્વો ન હોય તો શરીર પુષ્ટતાને પામી શકે નહીં. શરીરનું પુષ્ટપાણું રસના સાત્ત્વ ઉપર છે અને તે રસ શરીરમાં ખરોખર હોય તો શરીરની કાયમી તંદુરસ્તી જળવાઈ રહે છે. આપણે જીન, પ્રેસ અથવા મીઠા જેવા જઠાએ છીએ અથવા ફેનોઆફના મશીનને જેઠાએ છીએ ત્યારે તે મશીન ખરોખર ફરે છે કે નહીં તે તેના ગવર્નર ઉપરથી જણાઈ આવે છે. ગવર્નરો ખરાખર ફરતાં હોય તો આખી મશીનરી ખરાખર ફરે છે. સ્ટીમ-વરાળ-વધુ અગર ઓછી થાય તે પણ ગવર્નરો કહી આપે છે અને જે ગવર્નરો પોતેજ બગડ્યાં હોય તો વરાળ છતાં મશીનરી ચાલતીજ નથી. આ રીત આપણા શરીરને લાગુ પડે છે. આપણા વૃષણો અને સ્ત્રીઓના અંડાશયો તે ગવર્નર રૂપ છે શરીર રૂપી મશીનરીને ચલાવનાર જીવન રસાયન પ્રવાહી તે વરાળરૂપી છે અને શરીર તે મશીન છે. જે બધું ખરાખર હોય તો વૃષણ અથવા અંડાશય ખરોખર રહે છે અને કામેચ્છા કુદરતી થાય છે તેમજ શરીરની સ્ફુર્તિ ખરાખર રહે છે પરંતુ જે તેમાં ન્યૂનાધિકપણું થાય તો કામેચ્છામાં તેમ થઈ તેના શરીર ઉપર અસર થાય છે અને પરિણામે દરદના ભોગ થવાય છે. આ વૃષણનું પ્રવાહી તે વીર્ય અને વીર્ય જળાવે તે તો ખરોખર દીર્ઘાયુષિ બનેજ છે. તેનામાં બળ, તેજ અને પ્રજા વાસ કરી રહે છે. નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્ય પાળનાર

બિબ્બ જેવા ભડવીર પાકે છે. આપણે જોઈએ છીએ કે મૈથુનથી આનંદ થાય છે અને તે આનંદથી વીર્યશ્રાવ થાય છે. વીર્યશ્રાવ થવાથી અને તેવા ક્ષણિક આનંદથી થતી ન્યૂનતા પુરાઈ રહે છે પરંતુ અતી અભ્યાસથી તે ખોટ પૂરાતી નથી એટલે જીવન રસાયન પ્રવાહીમાંના તત્વમાંનું એક તત્વ ઓછું થાય છે અને તેના પરિણામે બીજા રસપિંડોને સહન કરવું પડે છે અને પછી શરીર મંદ પડી વૃદ્ધ થાય છે. શરીરના રસપિંડો જે રસ તૈયાર કરે છે તે રસ લોહીમાં મળે છે અને આ સઘળા રસો એકત્ર થાય તે જીવન રસાયન પ્રવાહી છે, તેની ન્યૂનતાથી શરીર પડે છે. આ પ્રવાહીને પુરતું રાખવા માટે આયુર્વેદમાં ખોરાક અને વાજીકર પ્રયોગો બતાવ્યા છે.

વાજીકર પ્રયોગો માટે વાંચકે સુશ્રુત અને ચરક જેવાં અનં તેથી જરૂર માહિતી મળશે કે તે પ્રયોગો વડે વીર્યને સુધારી શરીરના રસ-ધાતુને પુરતા કરવાના અને પરિણામે યૌવન લંબાવવાના છે.

ખોરાકથી પણ શરીરને જરૂરપુરતા પૌષ્ટિક તત્વો મળી શકે છે. ખોરાકમાં પાંચ તત્વો છે તેના પાશ્ચિમાત્યોએ A. B. C. D. E. એવાં નામો આપ્યાં છે અને તેને વીટેમીન-Vitamin કહે છે. આ પોષણકારક તત્વો વનસ્પતીમાં હોય છે અને તેમાંથી તે વનસ્પતી ઉપર રહેનારામાં પ્રવેશે છે અને છેવટે તે તત્વો માંસાહારીમાં વનસ્પતીના ઉપર રહેનારમાંથી દાખલ થાય છે. લીંબુના રસમાં રીકેટને નાબુદ કરવાનો જે ગુણ છે તે અને ચોખાના ભુંસામાં જે ચાનતંતુઓને પોષવાનો ગુણ છે તે ધણી કાળથી જાણીતું છે. “ પોલી-ન્યુરાઇસ ” નામના દરદમાં ચોખા ઉપરનું બારીક જે ભુંસું હોય છે તે અપાય તો તે દરદ નાબૂદ થાય છે. ચોખાને સ્વચ્છ કરી ઘોઈ નાખીએ છીએ એટલે તે તત્વ જતું રહે છે. સ્વાદે ગળ્યું અને બારીક હોય છે. દુધમાં શરીરને વધારવાનો ગુણ છે. આપણામાં કહેવત છે કે-

**पयेन वर्धते तनुः धूतेन वर्धते वीर्यम् ।**

દુધથી શરીર વધે છે તે વાત તો ચોકસ છે. શરીરના બળ અને ઓજસ દુધથી વધે છે. આ ઉપરથી ખોરાકના પોષણકારક તત્વોના મુખ્ય ત્રણ વિભાગ પાડવામાં આવ્યા છે. A. B. C. તેમાં A ચરબીવાળા પદાર્થો છે અને તેથી શરીરને વધારવાનું તે સાધન બને છે. આપણે વીટમીન A લઈએ તો શરીર વધી જાય તેથી તે નાના બાળક માટે ખાસ ઉપયોગી છે. આ A ના D અને E એવા વિભાગ છે. D હાડકાંને વધારે છે અને E શક્તિ આપે છે. B વિભાગ પાણી જેવો છે તે જ્ઞાનતંતુઓને અને શરીરને વધારે છે. C વિભાગ પણ પાણી જેવો છે અને તે લોહીને સ્વચ્છ રાખી શરીર મજબૂત બનાવે છે (anti-scorbutic). આ પોષણકારક તત્વો જમીનમાંથી વનસ્પતી ચુસી લે છે અને તેથી આપણે ખાસ-કરીને વનસ્પતીના અહાર ઉપર રહીને આ તત્વો આપણા શરીર માટે મેળવવાનાં હોય છે, અને તેથી એમ સિદ્ધ થાય છે કે વનસ્પતીનો ખોરાક વધારે કુદરતી અને પૌષ્ટિક છે. ફરીયામાં Diatoms નામના ઝીણા છોડવા થાય છે તેના ઉપર માછલીઓ જીવન ગાળે છે તેથી કેડ નામની મચ્છીના તેલમાં પોષણકારક તત્વો છે. વાંચક, આ મચ્છીને મારી તેનું તેલ પીવા કરતાં તો શું વનસ્પતી લેવી ફીક નથી કે જેના ઉપર તે મચ્છીઓ જીવે છે ? વહાલા ! આતો નર્ચો ફાલ છે કે મચ્છીનું તેલ પૌષ્ટિક છે. અલગ્યન તેતો જેવું મનુષ્યનું શરીર છે તેનું મચ્છીનું પણ શરીર છે. મચ્છી ખાવાથી પુષ્ટતા આવતી હોયતો માણસ ખાવાથી ન આવે ? ના. તો પછી મચ્છીથી પણ ન જ આવે. મચ્છી જે વનસ્પતી ઉપર રહે છે તે વનસ્પતીનાં સત્વો તેમાં હોવાથી તે પોષણકર્તા છે માટે મચ્છી ખાવા કરતાં તે જે વનસ્પતી ઉપર રહે છે તે ખાવામાંજ મજા છે. વાંચક, સમજ્યો ? હવે કદી મચ્છીનું તેલ વાપરોય ? ના. જોજો હો ? ? ?

**વીટમીન - A ( Vitamin )** શરીર વધારનાર-ચરબીવાળું પ્રવાહી. આપણે જાણીએ છીએ કે ઘી ન ખાઈએ તો આંખનું તેજ

ધટે. વીટેમીન A માં ઘી, તેલ, માંખણ, મલાઈ અને તેવા ચોકણા પદાર્થોનો સમાવેશ થાય છે એટલે જો આપણા ખોરાકમાં વીટેમીન A ન હોયતો આંખનું તેજ ધટે. જો આપણે એકસો ઘઉંનો રોટલો ખાઈએ તો જરૂર આંખો બગડે છે અને આંખો ઝીણી પડી જાય છે. ઉંડી ઉતરે છે. દરદીને કોડલીવર ઓછલ આપીએ તો પાછું ઠીક થાય છે. તે ઉપરથી સમજાય છે કે જો તે પોષણ પદાર્થ ખોરાકમાં ન હોયતો આંખો આવે ખરી. Xerophthalmia નામનું દરદ તો ખાસ કરીને આ પદાર્થ ન મળવાને લીધેજ થાય છે. ૧૮૮૦ માં ઈંગ્લાંડમાં એકાએક કારખાનામાં આંખના રોગો ફાટી નીકળ્યા હતા અને તે પોષણ પદાર્થ A ના અભાવે થયા હતા એમ સાબીત થયું હતું. આ દરદ એપી નથી. મેરીસ નામના સાહેબે ઉંદરોના ખોરાકમાંથી વીટેમીન A કઢી ક્યું અને તેથી તેમની ચક્ષુઓનાં અશ્રુપિંડોનું પ્રવાહી ઓછું થયું. પોપચાં ઘસાવાથી ચક્ષુનાં બાહ્યપડનો સોજો આવ્યો અને આંખ ઉઠવાનું દરદ થયું. લાળોત્પાદક ગ્રંથીઓના કોષો પણ શુષ્ક થઈને સુકા થતા જણાયા છે, અને તેથી અગાઉ જોઇએતો આંતરડાના અસ્તરને સુકવે છે. વીટેમીન A. આંતરડાના અસ્તરને ઉત્તેજે છે. કેટલીક ચરખીઓમાં પણ એવા ગુણ હોય છે કે જે બીજી ચરખીમાં હોતા નથી. દાખલા તરીકે દુધની ચરખી, મલાઈ, તેના ગુણો, માંખણ અને ઘીથી જુદા છે. દુધમાં સઘળા ગુણો શરીર વધારવાના છે. તે હાડકાંને મજબૂત કરનાર છે અને યુવાસ્થાપક તેમજ વાજકર (antisterility) છે. પરંતુ તે આંખના તેજને ખાસ વધારતું નથી. ખટાશ નાખવાથી વીટેમીન A જુદું પ્રકારે છે. તેથી દહીં અને તેમાંથી માખણ થયું. આ માંખણ શરીરને ઘણું પુષ્ટીકારક છે પરંતુ તેમાં ખટાશ છે. તેને ગરમી આપીએ તો તે નાજૂક થાય અને વીટેમીન A કે જે ખાસ કરીને આંખને સુધારે તે ઘી નીકળી આવે છે. આ અજબ શોધ આપણા બાપદાદાઓએ ક્યારનીએ કરી છે અને આપણે જ્યાં સુધી દુધ, ઘી, માંખણ અને છાશ ઉપર હતા ત્યાં સુધી સુદૃઢ,



તંદુરસ્ત અને મજબુત હતા. અત્યારના કૃત્રિમ જીવનમાં નથી દુધ અને ઘી સ્વચ્છ મળતાં ત્યાં માંખણ અને છાશની વાતજ શી કરવી ? શહેરમાં નકામું દુધ, દુકાને નકામું દહીં, નકામી છાશ, મીઠાવાળું દીનમાં ભરેલું માખણ અને સડેલું ઘી ! તેમાંએ વળી વેજીટેબલ ઘી ! અરે હિન્દ ! તારે હવે ક્યાં અટકવું છે ? દરેકમાં કૃત્રિમ જીવન જીવી તારે કઈ પાયરીએ ચડવું છે ? હવે તો જરા વિચારો અને આંખો ખોલો. સ્વચ્છ ખોરાક વિના શરીર ખિલશેજ નહીં અને શરીર ખીલ્યા વિના બળ અને બુદ્ધિ આવશે જ નહીં. બળ વિના બિજનને આશ્રયે રહેવું પડશે અને બુદ્ધિ વિના હુન્નર ઉદ્યોગમાં પછાત રહી પારકા ઉપર આધાર રાખવો પડશે માટે જો તારે પૂરી સ્વતંત્રતા જોઈતી હોય તો પ્રથમ કેળવો ગૃહને અને પછી શરીર તંદુરસ્ત કરી, તંદુરસ્ત મન અને તનથી આગળ વધો. વાંચક, આગળ વધીશ ? જરૂર ? પરાધીન ભારતને શું તું સ્વાધીન કરીશ હેં ! ત્યારે તો તેમ કરજો હો. આવજો, આમીન. કુકરની ચરખી અથવા ઓલાદવ ઓમલ કરતાં ઈંડાંમાં રહેલ ચરખી અને માખણની ચરખી બુદ્ધિ છે. માખણના બદલે કુકરની ચરખી લઈએ તો નજ આલે. કેટલીક વખત ગરીબ લોકોનાં આંખના દરદમાં પૌષ્ટિક ખોરાક ઠીક કામ કરે છે. આંખોની નબળાઈથી દુઃખવા આવતું મગજ તેને લોકો જામરો કહે છે. અને તેવા વખતે બદામનો આથો ખાય છે અને દરદ મટાડે છે તે દરદ આને મળતુંજ છે. અને તે લોકો વીટેમીન A ઓછું લે છે તેથી તેઓને આ દરદ થાય છે પણ પાછળથી બદામના તેલની ચરખી અને ઘી તથા સાકર વીટેમીન A પુરાં પાડે છે અને દરદ મટી જાય છે. ઉછરતા બાળકોને જો આપણે વીટેમીન A ના આપીએ તો તે નબળાં પડી મરી જાય છે. કેટલી ઉંમરે શરીર વધતું બંધ થાય તે તેના ખોરાક ઉપર આધાર રાખે છે. આપણે જોઈએ છીએ કે ૪૦ વષનો દુઃખી માણસ ૪૧ મા વર્ષે સુખ મળતાં શરીરે વધી જાય છે. આપણે તેને સુખીયું શરીર કહીએ છીએ પરંતુ

તેનો અર્થ એ છે કે તેની ગરીબીમાં તેને પોષણતત્વો ન મળવાથી તે ૪૦ વર્ષનો થયો પણ કૃષ્ણ રહ્યો પરંતુ પાછળથી સુખ મળવાથી સુખના બધાં સાધનો મળ્યાં અને ખોરાક પૌષ્ટિક થવાથી શરીર વધી ગયું, એટલે શરીરનું વધવું ક્યારે બંધ થાય તેનો આધાર ખોરાક ઉપર છે. સુખી માણસનું ખાલેલું અને વધેલું શરીર દુઃખ પડતાં પોષણકારક ખોરાક ન મળવાથી કૃષ્ણ થઈ જાય છે તે પણ અનુભવનીજ વાત છે. શરીર ખોરાકના પોષણતત્વો સંધરી રાખે છે અને જ્યારે ખોરાક પોષણતત્વો વિનાનો હોય છે તેવા વખતે સંધરી રાખેલા તત્વોમાંથી શરીર ઉપયોગ કરે છે, પરંતુ જો પોષણકારક તત્વોનો ભંડાર શરીરમાંથી થઈ રહે તો પછી શરીર વધવું બંધ પડે છે. વધનાં બાળકોને પોષણકારક ખોરાક ન હોય તો ન્યૂનતા શરીર ઉપરથી જણાઈ આવે છે અને પુખ્ત માણસોને થોડો વખત ચાલ્યા પછી પોપાણુ નથી મળતું તેથી નબળાઈ આવી જંતુના હુમલાના ભોગ થઈ પડે છે. વીટેમીન A ખાસ કરીને Cod-liver-oil માં ખૂબ હોય છે કે જે Diatoms નામની વનસ્પતીમાંથી એકત્ર થયેલું છે. આપણે હવે Vitamin A ની પરિક્ષા કરવી હોય તો શી રીતે કરીએ કે આ તત્વમાં વીટેમીન A છે ? પ્રથમ Arsenic trichloride ૧ cc લેવું અને તેમાં કાંડલીવર ઓઇલનું ટીપું નાખવું. દલાવવાથી આસમાની-દરીયાઈ રંગ થશે, થોડા વખત પછી આસમાની થઈ અદ્ભુત થશે. આ રંગ જો કાંઈ સળગતું હોય તે પદાર્થમાં વીટેમીન A હોય તો પણ ભડકામાં જણાય છે. ગરમીથી વીટેમીન A બદલ આવે છે. માંખણને ગરમી આપી લીંકાલીએ તેમ. સારા જીના લીનો રંગ તેવો રહેજે હોય છે તે ઉપરથી ખાત્રી થશે કે વીટેમીન A લીમાં છેજ. આ ઉપરથી શરીર વધારવાનાં તત્વો છુટાં પાડી શકાય છે. આ પદાર્થ ધાવતાં બાળકને ન મળે તો તેના હાડકાં પોચાં પડી તે Rickets નો ભોગ થઈ પડે માટે બાળક ધવરાવતી માતાને એવો ખોરાક આપવો કે તેને વીટેમીન A મળ્યાજ કરે.

**વીટેમીન B**—તે કુદરતી ખોરાકમાં પુષ્કળ છે. ધઉંના અંદર પુષ્કળ છે. શુદ્ધ કરેલા ચોખા, મેંદા, આટો, અને સાકરમાં તે નથી. વીટેમીન બી ખાસ કરીને હોજરી અને આંતરડા ઉપર અસર કરે છે. વીટેમીન B જે ઓછું હોય તો હોજરી વિસ્તૃત થાય છે અને અશુભ વિગેરે થાય છે. આંતરડાં શુષ્ક બની જઈ કષ્ટપાત રહે છે. વીટેમીન B ના અભાવે અંગ્રેજીમાં જેને Beri-Beri બેરી બેરી નામનું દરદ કહે છે તે થાય છે. એકલા ચોખા ઉપર રહેનારને તે થાય છે. તેથી કરીને ખોરાકમાં સાવચેતી રાખીને લેવાય તો બધી જાતના પોષણકારક તત્વોનો રહેજો સમાવેશ થઈ શકે અને તેથી પોષણ વિના થતું શરીરનું નુકશાન અટકે. ચેસ્ટમાં તે પુષ્કળ છે. રોપાઓનાં બી અને પક્ષીનાં અંડોમાં પુષ્કળ છે. આ તત્વો ભુંસામાં વધારે છે. જેમકે ઘઉં અંદર ઘોળો છે અને બહાર રાતો છે, તો તે રાતા ભાગમાં અને તેની સેલ્સમાં તે વધારે છે. દળી રહ્યા પછી આપણે ઘઉંના આટાને ચાળીને ચાળણુ કાઢી નાખી ઝીણો મેંદા જેવો લોટ વાપરીએ તો તેમાંથી વીટેમીન B પેલા ચાળણુ બેગું જતું રહે છે, તેથી ભરડેલા અનાજમાં અને લલકી જાતના આટામાં વીટેમીન B વધારે હોય છે. વીટેમીન B મગજ અને તેના શરીરમાં પથરાયેલ તંતુને મજબુતી આપે છે અને તેથી તે સંધ્યાને ઉપ-યોગી છે. માસમાં તો વળી વીટેમીન B બિલકુલ નથી. તો પછી માસાહારીએ માંસ લેતા કેમ હશે ? ટમાટામાં વીટેમીન B ઘણું જ છે. વીટેમીન B માં ખટાશ અને રહેજ ખારાશનો ભાગ છે. દુધમાં કેટલા પ્રમાણમાં છે તે નક્કી નથી પણ છાશમાં તે છે. ગમે તેટલી ગરમી આપીએ પણ તેનો નાશ થતો નથી. વધારે ગરમીમાં તે ખાટું થઈને પણ રહે છે પણ વ્યક્ત alkaline પદાર્થમાં રહેતું નથી. દુધમાં ખટાશ નાખી દહીં કરીએ, વલોવીએ અને ગરમ પાણી નાખી માખણ કાઢી લઈએ. પછી તે છાશમાં પુષ્કળ રહે છે. માખણમાં A અને B જે ખટાશ છે તે બંને રહે છે. હવે

ગરમી આપી માખણમાંથી A જુદું પાડી લઈએ અને B ને કીટાંને રૂપે ફેંકી દઈએ છતાં પણ છાશમાં તે પુષ્કળ છે. આ અજળ્ય શોધ એમ બતાવે છે કે જે જનાવર તમને દૂધ આપે છે તે તમારા શરીરનું પોષણ કરે છે અને તેથી જ તે જનાવર માતા રૂપ છે. ગાયને માતા માનવાનું કારણ તેજ જણાય છે. આર્યો ગાયને માતા રૂપ માને છે તેનું આજ કારણ છે. વીટેમીન B એાછું લેવાથી આપણા ખોરાકમાં સ્વાદ આવતો નથી અને જૂઝૂમ એાછી થઈ જાય છે. આંતરડામાં સોજો આવે છે અને કબજિયાત અગર ઝાડા થઈ જાય છે. અજીર્ણ થાય છે. શરીરનું વજન ઘટે છે અને શક્તિ એાછી થાય છે. માથું દુખે છે, લોહી ફીકડું પડી જાય છે અને શરીરે સોજા આવે છે. શરીરની ગરમી એાછી થાય છે. હૃદય મંદ પડે છે અને નાડીનો વેગ ધીમો પડી જાય છે અને છેવટે મગજ ઉપર અસર થાય છે; પરંતુ વીટેમીન B તેવા દરદીને આપીએ તો તે સારો થવા માંડે છે. આવા દરદીમાં મગજનાં સેલ્સ શુષ્ક થાય છે અને એડ્રીનલ્સ નામના રસપિંડોના અસ્તરની ચરબી એાછી થઈ શરીર ઉપર અસર કરે છે. આ ઉપરથી સમજાય છે કે જીવન રસાયન પ્રવાહીનું સાતમ્ય જાળવવાને માટે પોષણ-કારક તત્વોની જરૂર છે અને વાજકર પ્રયોગો પણ તે માટેજ છે.

વીટેમીન B મગજ અને શરીર બન્નેને મજબૂત કરે છે તેથી ચરબી વાળા તત્વો A માંથી જેમ B જુદું પડ્યું તેમ તે પણ જુદું પડે છે. પરંતુ વીટેમીન B અને A ભલે જુદાં હોય પણ તેઓ એક બીજામાં હોય છેજ. વાલ, વટાણા અને મસુરમાં વીટેમીન B પુષ્કળ છે.

વીટેમીન C-આ પ્રવાહી પદાર્થ રક્તપિતને અટકાવે છે. આ પદાર્થ ન લેવાથી અંગ્રેજીમાં જેને “સ્કર્વી” નામનું દરદ કહે છે તે થાય છે. મુળા, ગાજર અને તેને મળતા કંદમાં તે હોય છે. તેમાં ગળ્યો, ખારો રસ પ્રાધાન્ય છે. તીખાસ અને ખટાશ હોય છે. તેને

ગરમી આપીએ તો આ પદાર્થ નાશ પામે છે. દુધમાં તે છે. દુધ ઉનું કરીએ તો તે નષ્ટ થાય છે. જે ચીજોમાં આ પદાર્થ હોય છે તેને કાચા ખાવાથીજ તે પદાર્થ શરીરમાં જાય છે. તેને રાંધીએ તો નષ્ટ થાય છે. દુધમાં વીટેમીન C જે છે તેને ઉકાળવાથી તે નષ્ટ થાય છે અને તેનો મુખ્ય આધાર ગાયના ખોરાક ઉપર છે તેથી જો ઉકાળેલું દુધ લાંગો વખત આપીએ તો બાળકને સ્કર્વી થાય છે શાક-ભાજી-પાલો અને તાજાં ફળોમાં આ તત્વ ઘણુંજ રહે છે. તેથી ચોમાસા કરતાં શિયાળામાં અને તેના કરતાં ઉનાળામાં તે તત્ત્વો વધે છે અને ગાયનું દુધ પણ બધી રીતુ કરતાં ઉનાળામાં ઉત્તમ છે કારણ વનસ્પતીનું પાણી શાપાછ જઈ નવાં તત્ત્વો ચડે છે અને વન ઉગી નીકળે છે. ટમાટા, નારંગી, લીંબુ વિગેરેમાં તે પુષ્કળ છે. કેળીચ, ગાજર, મુળા, વટાણામાં તે ઘણાજ પ્રમાણમાં છે. બધા પોષક તત્ત્વો કરતાં તે વધારે ઉપયોગી છે. માણસને જો તે ન મળે તો દાંતના પારા પોચાપડી લોહી નીકળે છે અને સાંધામાં સોજા આવે છે.

**વીટેમીન-D**—હાડકાંને મજબૂત કરનાર આ તત્ત્વ છે. ગ્રાણી-જન્ય ચરબીમાં આ વધારે છે. કોડ-લીવર-ઓઇલમાં તે છે. આ પદાર્થ વીટેમીન A સાથે હોય છે અને તે પદાર્થ ચીકાશથી નિરાજો છે. ચીકાશ જુદી પાડ્યા પછી તે મળી શકે છે. કોડલીવર ઓઇલના-સાબુજન્ય તત્ત્વોને દૂર કરીએ તો તે મળી આવે છે. હવામાં જો ગરમી આપીએ તો તેનો નાશ થાય છે. માંખણને ગરમ કરી ઘી કાઢીએ તો જરૂર તેમાંથી હાડકાંને મજબૂત કરનાર Vitamin D નો નાશ થઈ કીટાંવાટે બહાર નીકળી જાય. કોડલીવર ઓઇલમાં તે પદાર્થ માંખણ કરતાં વધારે છે. ગાયને તાપમાં રાખવાથી દુધની હાડકાંને મજબૂત કરવાની શક્તી વધે છે. જે ગાયો ચરવા માટે આખા દિવસ તાપમાં વગડે ફરે છે તેનું દુધ, જે ગાયો ઘેર બાંધી રાખે છે તેના કરતાં ઉત્તમ છે. શહેરમાં ગાયો અને બેંસો ઘણેખરે બાંધે ઘેર રહે છે અને તેનાં દુધ ખાસ કરીને શહેરોનાં બાળકોને

રીકેટમાંથી બચાવી શકતાં નથી. શહેરના શ્રીષ્ઠા અને કૃષ આળકોને જોઈ એમજ થાય છે કે આવાં આળકો કેમ હશે? પરંતુ ખેતરાકના ખરાં કારણો કોઈ શોધતુંજ નથી. શરીર વધવાનો દુધ ઉપર આધાર અને દુધનો આધાર ગાયની કસરત, હવા અને સૂર્યના તાપ ઉપર; તે ગાયને મળેજ નહીં એટલે પછી દુધ પણ ક્યાંથી સાઈ મળે. વળી અધુરામાં પુરૂ શહેરના લોકો ગાયને ઘેર બાંધી રાખી કપાશીયા અને ચરખીવાળા પદાર્થો આપે તેથીજ વનસ્પતી જે બધા પોપણુ પદાર્થોવાળા છે તે મળવાને બદલે એકલા વીટેમીન A વાળા પદાર્થો મળે તેથી પણ દુધ ઓછું ફાયદાકારક થાય છે. આવા દુધથી શહેરનાં તમામ લોકોએ ચેતવું જોઈએ. સુનો અને ફેસફરસનાં નત્વોને આ પદાર્થ શરીરમાં ખરાબર જાળવી રાખે છે. તેથી આ પોપણુ પદાર્થ લેવો ચાલુજ રાખવો. સૂર્યના કીરણો આ પદાર્થને ખરાબર રાખે છે; તેથીજ પૌર્વાત્યે સૂર્યના કીરણની મહત્તા બતાવે છે. ઢોરને તેમાં રાખવાથી દુધ સાઈ મળે, માણસ તેમાં રહેવાથી તેના શરીરમાં રહેલ આ તત્વ ઉત્તેજનાને પામે. વાહ ! આર્યો ! તમારી બુદ્ધિમતાનો પારજ નથી છતાં અમો, ગાંડાઓ, નથી તમારી મહત્તા સમજતા કે નથી તમારા વિચારો મહત્તા-ખેર !

**વીટેમીન-E**—આ તત્વ યુવાસ્થાપક છે. આ તત્વ જો ઓછું હોય તો શંકત્વ આવે છે. સ્ત્રીઓ sterile થાય છે અને પુરૂષો પણ તેવાજ બને છે. સ્ત્રીઓને ગર્ભતો રહે પણ એક બે માસમાં પડી જાય છે. કોડલીવર ઓછામાં આ તત્વ નથી. આ પદાર્થ વટાણા, વાલ, ચાના પત્તામાં હોય છે. જવ અને ઘઉંના ગર્ભ (Embryo) માં તે પુષ્કળ છે. માતાના શરીરમાંથી આળકના શરીરમાં તે સગર્ભાસ્થિતિમાં જાય છે. તે ચરખીવાળો ગ્રીકણો પદાર્થ છે અને તે ગરમી, પ્રકાશ, હવા અને બીજા ઘણા પદાર્થોથી પરિવર્તન પામતો નથી. જવ, વાલ, વટાણા ઘઉં, લેવાથી sterility દૂર થાય છે. કોડલીવર ઓછામાં જે સ્ટીરાલ નામનું સત્ત્વ છે તે સૂર્યના

પ્રકાશમાં મળવાથી વીટેમીન D ઉત્પન્ન કરે છે તેથી ઠોડીસીવર ઓછા અને સૂર્યનો પ્રકાશ “ રીકેટસ ” મટાડવા શક્ત છે. તેથી કરીને એમ સમજાય છે કે જે દેશમાં સૂર્ય પુરતો નાપ આપે છે તે દેશના લવાપાણી એવાં હોય છે અને વનસ્પતી પણ એટલી બધી હોય છે કે તે વીટેમીન D પુરતા પ્રમાણમાં પુરું પાડે છે અને તેથીજ ગરમ દેશના લોકોને “ રીકેટસના ” દરદો થતાં નથી, પરંતુ અફસો-સની વાત એ છે કે સુધારાએ શેહેરો બાંધ્યા; શહેરમાં ભવ્ય મકાનો બંધાયાં; સાંકડી ગલી-શેરીઓ બંધાઈ અને સૂર્યના પ્રકાશને અટકાવ્યો એટલે શહેરમાં લવે “ રીકેટસ ” નાં દરદો ગરમ પ્રદેશમાં પણ થાય છે ન્યાં ગામડાંનું જીવન છે ત્યાં તે દરદ થતાં નથી પરંતુ મારા અનુભવ પ્રમાણે શ્રીમંતનાં બચ્ચાંઓ કે જેને ઠંડીથી બચાવવા ઘણાં જ કપડાં પહેરાવી ઘરમાં ગોંધી રાખી સૂર્યનો નાપ બતાવાતો નથી તેવા બાળકોને ગામડાંમાં પણ તે દરદ થાય છે માટે દરેક માણસે સૂર્યના પ્રકાશના ફાયદા જાણી પોતે, પોતાના કુટુંબના સધળાઓએ અને તમામ જનવરોને પણ સૂર્યનો પ્રકાશ સેવતા કરી દેવા. આપણા પૂર્વાચાર્યોતો ઉદ્ધતા એવાજ સૂર્ય સામું બેસી ઉપસ્થાન, ધ્યાન, ધારણા અને સમાધી કરતા. સૂર્યના વખાણુ વેદમાં કયાં છે તે પણ પ્રસિદ્ધ જ છે. રખારી ભરવાડો ગાયના દુધ ઉપર અને બાજરી ઉપર રહે છે અને જંગલના સૂર્યના પ્રકાશમાં રહે છે તેઓ કેવા તંદુરસ્ત છે અને શહેરના શ્રીમંતો ભવ્ય પ્રાસાદોમાં સુંદરાંગનાઓના સમક્ષ કેસર, કર્તુરી અને અંબર ખાઈ કેવા ફરે છે અને કેવી તંદુરસ્તી ભોગવે છે તે જોતાં ઉપરની વાતને વધારે પુષ્ટી મળે છે.

ઉપરના પોષણુ તત્વો જે શરીરને ન મળે તો શરીર બગડે છે. શરીરનો રસ ન્યુનાધિક થવાથી દરદો થાય છે. આટલા ઉપરથી સ્પષ્ટ સમજાઈ ગયું હશે કે પૌષ્ટિક તત્વો અને રસપિંડોને કેવો સંબંધ છે. આ વર્ણન ઉપરથી સમજાયું હશે કે ઘી, દુધ, દહીં.

માખણ એ તદ્દન કુદરતી અને ઉત્તમ ચીજો છે તેમજ આપણો વનસ્પતીનો ખોરાક, હવા અને સૂર્યનો પ્રકાશ એ કુદરતી જીવન ટકાવવાની અનીવાર્ય વસ્તુઓ છે; તેથી દરેક માણસે જેમ અને તેમ વધારે સૂર્યનો પ્રકાશ, શાક, લાજ-પાલો અને પૌષ્ટિક તત્વો ઉપર રહી શરીરની ક્રિયાને જાળવી રાખવી. શરીરની તંદુરસ્તી જીવન રસાયન પ્રવાહી સાત્ત્મ્ય હોય તો રહે છે અને જીવન રસાયન પ્રવાહી જો બધા રસપિંડો યોગ્યર હોય તો રહે છે અને આ બધા રસપિંડોને ખોરાક, હવા, અજવાળું અને આનંદ તેમજ કસરત, શાન્ત અને ઉપાધી વિનાનું જીવન, ઠંડા જળનું સેવન અને કુદરતી ઠંડી, ગરમી અને વરસાદથી થતા ફેરફાર પ્રમાણે ઋતુચર્યાનું જ્ઞાન, આટલાં વાનાં ઉપર ખાસ આધાર છે; તેથી તે પ્રમાણે વર્તી અને ખોરાકમાં ઉપરનાં પોષક તત્વો લેવા તે ઠીક પડશે અને જીવન લંબાશે, છતાં પણ જેને વાજકર પ્રયોગ કરવો હોય તેના માટે નીચેનો સરસ અમારો અનુભવેલ પ્રયોગ બતાવીએ છીએ કે જે લેવાથી શરીર ઠીક થાય છે.

સાલમ, ઘોળા મુસળા, ગોખર, આસગંધ, ચોપચીની, કૌચાં-નાખીજ, એખરો વિગેરેને દુધમાં રાંધી તેમાં તજ, મરી, પીંપર, પીંપરીમૂળ, સુંઠ, લવીંગ, તમાલપત્ર, જાયફળ, જાવંત્રી, એલચી વિગેરે તેજનો નાખી; બદામ, ચારોલી, પિસ્તા, ખસખસ, ખારેક, ખીસખીસ નાખવું અને તેમાં આસળી નાખી લી નાખવું. પછી ઠંડુ થયે તેમાં નીચેની માત્રા નાખવી.

કસ્તુરી, કેસર, અંબર, અબ્રક બ્રમ, ગજવેલ ભસ્મ, ળંગ-ભસ્મ, હિંગુલભસ્મ, પારદભસ્મ, સોનાનાવરખ, રૂપાના વરખ; ખાપરીયું, પ્રવાલપિષ્ટ, મૌક્ટિકપિષ્ટ નાખી સેવન કરવાથી શક્તિ ઠીક રહેશે.

આટલાં વર્ણન ઉપરથી સમજાઇ ગયું હશે કે માણસના શરીરને ટકાવવા માટે જીવન રસાયન પ્રવાહીના સાત્ત્મ્યની જરૂર છે અને તે સાત્ત્મ્ય યોગ્ય ખોરાક ખાવાથી રહે છે અને જો તેમ ઋતુ-



ચયાં પ્રમાણે વર્તી રહેવાય તો દીર્ઘજીવન જરૂર થાય છે; તો વાંચક તું તે પ્રમાણે ચાલીને દીર્ઘજીવી થજો હો!

## પ્રકરણ ૧૪ મું.

કેટલાંક ખાસ દરદો અને તેના ઉપચારો.

Infantilism—આલ્સલાવ-શરીરમાંના સઘળા રસપિંડો ખરાબર વિકાસ પામતા નથી અને તેથી શરીરનું બંધારણ ખરાબર બંધાતું નથી. શરીરનો દેખાવ બાળકના જેવો લાગે છે. તેમજ યુદ્ધી ખીન્ને છે, પરંતુ મન બાળકના જેવું રહે છે. જે ઉંમરે શરીર ખીલવું જોઈએ તે ઉંમરે શરીરની સ્થિતિ જેવી ને તેવીજ રહે છે અને તેથી કરીને શરીરના હાડકાંઓ, મગજ, અને રસપિંડોમાં કાંઈ ફેરફાર થતો નથી. આવા દરદીને થાયરોઈડ અને પીચ્યુઇટરીનાં સત્વ આપવાં.

Dwarfism—દીંગણાપણું—આવાં દરદો રસપિંડોમાં કાંઈક ખોડખાંપણ આવવાથી થાય છે અને તેથી કરીને શરીરનાં હાડકાં બેડોળ બને છે. Diabetes mellitus—મધુપ્રમેહ—આ દરદમાં દરદી ગળતો જાય છે અને પેસાબમાં સાકર જાય છે જ્યારે લીવર પોતાનું સાકર એકત્ર કરવાનું અને તેને શરીરનાં ઉપયોગમાં લેવાનું કામ બંધ કરે છે, ત્યારે પેંક્રીઆસ નામનો રસપિંડ બગડી આ દરદને ઉત્પન્ન કરે છે. લોહીમાં રહેલી સાકરનું પ્રમાણ ૦. ૧૫ % ઉપર જાય છે ત્યારે મધુ પ્રમેહ ઉત્પન્ન થાય છે. અને ગુરદાના સેલ્સને નુકશાન પહોંચાડે છે. શરીરમાં રહેલી સાકરને કુદરતી રીતે પેંક્રીઆસ નામનો રસપિંડ ઉપયોગમાં લઈ લેછે પરંતુ જ્યારે તે બગડે છે ત્યારે લીવર, એડીનલ, થાયરોઈડ, પીચ્યુઇટરી અને મગજ બગડે છે. તેથી કરીને આખું શરીર ગળવા માંડે છે. આ દરદમાં ખાસ કરીને

ચરબી તથા સાકરવાળો ખોરાક બંધ કરી દેવો જોઈએ અને પેંકી-આસનું સત્વ અથવા ઈનસ્યુલીન આપવું.

Insulin—એ પેંકીઆસના આઇલેટસ ઓફ લાંગરહાન્સનું સત્વ છે તે ચામડી વાટે પીચકારીથી અપાય છે.

Diabetes Insipidus—આ દરદમાં પિચ્યુઇટરીનું સત્વ આપવું.

Gigantism—રાક્ષસી સ્વરૂપ—ખરૂં રાક્ષસી સ્વરૂપ રસપિંડોના બગડવાથી ઉત્પન્ન થાય છે અને તે પીચ્યુઇટરીના બગડવાથી થાય છે. આ દરદમાં શરીરના દરેક અવયવો ઘણાજ વધી જાય છે અને હાડકાં મોટાં થાય છે. હાથ અને પગ ઘણા જ જડા તેમજ લાંબા થાય છે અને તેથી કરીને શરીર બેહુકું જણાય છે. મન અને શરીર નબળાં રહે છે તેમજ શંકત્વ આવે છે. હાથ અને પગનાં આંગળા જડાં થઇ જાય છે. આ દરદ એક્રોમીગેલીને મળતું આવે છે.

Acromegaly (Giants)—એક્રોમીગેલી—આ દરદમાં ચહેરાના, હાથના, અને પગના નરમ તંતુઓ વધી જાય છે, અને લાંબા હાડકાંઓ જડાં અને વધારે લાંબા થાય છે. શરીરની ચામડી ખરસટ અને સુકી બને છે. અને તેના ઉપર ખરડ વાળ ઉગે છે. છેવટે ખરલ, લીવર, હૃદય વિસ્તૃત થાય છે. હાથ અને પગ જડા થાય છે. પીચ્યુઇટરીનો આગળનો ભાગ અને થાઇરોઇડ નામના રસપિંડ બગડવાથી આ દરદ થાય છે. આ દરદમાં કોઈ પણ દવા ઉપયોગમાં આવતી નથી. પરંતુ ક્વીનાઇન હાઇડ્રોક્સામાઇડ અને અરગોટીન આપવા કેટલાક ભલામણ કરે છે.

Addisons Disease એડીસ-સીડીઝીઝ—લોહી શીકડું પડીને પાંડુતા આવે છે. અને શરીર ઉપર કાળા ડાઘા પડે છે. શરીરમાં અતીશય નબળાઈ આવી જાય છે અને દરદીનું હૃદય એકાએક બંધ

પડી જાય છે. સોમલ, ગજવેલ, વિગેરે શક્તિવર્ધક દવાઓ આપવી. સજેસ નામનો લેખક એડ્રીનલીન આપવાની ભલામણ કરે છે.

Adenitis—એડીનાઇટીસ—શરીરની લીંડવાદક ગ્રંથીઓ મોટી થાય છે તેમાં થાઇરોઇડ નામનું સત્વ આપવું.

Adeposis Dolorosa—ડરકમ્સડીઝીઝ—આ દરદ સ્ત્રીઓમાં થાય છે. શરીરની ચામડી નીચે ચરબી એકત્ર થઈ આવે છે અને તેને દાખવાથી દરદ થાય છે. સ્ત્રીઓમાં રૂતુની સાથે સાથે અતીય-મિતતા પણ જણાય છે. એસ્પીરીન, થાયરોઇડ અને એડ્રીનલીન આપવાં.

Alopecia—ટાલ—આ દરદમાં વાળ ખરી ટાલ પડે છે. થાય-રોઇડ અને એડ્રીનલીન આપવું ઠીક પડશે.

Amenorrhoea—નષ્ટાર્તવ—ગર્ભાશય, અંડાશયના બગડવાથી અથવા લોહી વિકારથી, થાયરોઇડ અથવા પિચ્યુઇટરીના બગડવાથી થાય છે. આવી સ્થિતિમાં Ferri et Ammonicit આપવું અથવા બ્રે ગ્રેન એડ્રીનલ અને ફોર્ડે ગ્રેન પીચ્યુઇટરીની ગોળી આપવાથી તુરત અટકાવ આવશેજ.

Anaemia—પાંકુ રોગ—આ દરદમાં ખરલનું સત્વ આપવું. દરદ તુરત નાબૂદ થશેજ.

Angina-Pectoris—હૃદયગ-એડ્રીનલ નામના રસપિંડના કર્તવ્યમાં ફેર પડતાં આ દરદ ઉપડે છે અને તેથી નાયટ્રાઇસ અને આયોડાઇડસ આપવાં.

Anorexia Nervosa—અરૂચી—અતીશય માનસીક ચિંતા અને મગજના ઘસારાથી શરીરમાં નબળાઈ આવીજાય છે. હાથ પગમાં કળતર થાય છે. મગજ ગમગીન જણાય છે. આંખો ઉપર ભાર લાગે છે. કુંડી ઉપર પેટમાં ચુંથારો થાય છે. અનાજ ભાવતું નથી, અજીર્ણ થાય છે. ખાધા પછી ઉદરી થાય છે અને શરીર

અશક્ત બને છે. આમ થવાનું કારણ પેટની તમામ શિરાઓનું વિસ્તૃત થવું તે છે. આવા દરદીને પિચ્ચુછટરી અને સ્ટ્રીકનાઇન આપવું. અગર એડ્રીનલીન પણ ફીક પડે છે.

Arterio-Sclerosis—આ દરદમાં થાયરોઇડ અને એડ્રીનલીન આપવું,

Ascitis & Oedema—જલદર-સોજા આ દરદમાં એડ્રીનલીન ગ્લાંડ ખાધા પછી આપવું.

Asthma—દમ-એડ્રીનલીન આપવું.

નીચેના દરદોમાં તેની સામે બતાવ્યા ઉપચારો કરવા:—

દરદનું નામ.

ઉપચાર.

Asphyxia—

એડ્રીનલીન ફસવાટે.

Anuria—

”

Brights Disease—

એડ્રીનલીન ગ્લાંડ અને થાયરોઇડ.

Bronchiactasis—

એડ્રીનલીન સ્ટ્રીકનાઇન સાથે.

Bronchitis (ઉધરસ)

થાયરોઇડ આપવું.

Cataract (મેતીઓ)

ફ્રે ગ્રેન થાયરોઇડ ૨ ગ્રેન એડ્રીનલીન ગોળી

Cholera—કોલેરા.

થાયરોઇડ, પિચ્ચુછટરી, એડ્રીનલીન.

Dysmenorrhoea

કોર્પસક્યુટઅમ-અથવા ઓવરી.

Eczema (ખરજવું)

૧ ગ્રેન થાયરોઇડ, ૧/૪ ગ્રેન પીચ્ચુછટરી.

Erysipelas—

૨ ગ્રેન થાયરોઇડ અને ૧/૪ ગ્રેન પીચ્ચુછટરી.

Fractures (હાડભંગ)

કેલ્સ્યમ લેકટેટ ગ્રેન ૫.

થાયમસ—ગ્રેન ૫ મેળવી આપવું.

ખાણા સાથે અને સ્ટ્રીકનાઇન,

	થાયરોઇડ અને પીચ્યુઇટરી ખાધા પછી તુરત આપવાં.
Growth—	બાળકો ન્યારે વધતાં ન હોય ત્યારે સમજવું કે રસપિંડો કામ કરતા નથી તેથી બાળકોને કેલ્શિયમ લેકટેટ ગ્રેન ૩ અને થાયમસ ગ્રેન ૩ ની ગોળી આપવી અને વાયર્ન, આર્મેનીક, અને સ્ટ્રીકન્યા આપવાં. એડ્રીનલીન કલોરાઇડ ફસવાટે તુરત આપવું.
હૃદયનું બંધ પડવું—	
Hamorrhage—	છાતી, પેટ, અગર ગુદાવાટે લોહી પડતું હોય તો અથવા ગર્ભાશય-માંથી નીકળતા લોહી ઉપર એડ્રીનલીન આપવાથી બંધ થાય છે. એડ્રીનલીન સાથે પીચ્યુઇટરી વાપરવું.
Impotency—	નાર્મદાઇ—સ્ટ્રીકનાઇન, નકલીન આર્કેટીક, પીચ્યુઇટરી અને થાયરોઇડની ગોળી આપવી.
Idiocy—	થાયરોઇડ આપવું.
દુધ વધારવા માટે	મેમરીગ્લાંડ અને પીચ્યુઇટરી ગ્લાંડ આપવાથી પુષ્કળ દુધ આવે છે.
દસ્તાન—અટકાવ લાવવા—	થાયરોઇડ ગ્રેન ૧ કોર્પસલ્યુટીઅમ ગ્રેન ૩ પીચ્યુઇટરી ગ્રેન ફેઠ ગોળી બનાવી ખાધા પછી આપવી.
ચરબીનું વધવું—Obesity—	થાયરોઇડ આપવું.
Paresis General—	થાયરોઇડ આપવું

Prurigo-ચળ

થાયરોઇડ આપવું.

Psoriasis—

”

Paralysis Agitans—

”

Sterility—વંધ્યત્વ-સ્ત્રીઓમાં ખાસ કરીને આ રોગ વધ્યો છે. જમાનાના વૈદો, ડોક્ટરો અને હકીમો જાહેરાતો દ્વારા દવા પણ આપે છે; પરંતુ સ્ત્રીમાં આ દોષ છે પણ રોગ નથી. કેટલાક પ્રદર મટાડી તેને છોકરાં થવાનું કહે છે પણ તે ખોટું છે કારણ ધણી પ્રદરવાળી સ્ત્રીઓને બચ્ચાં થાય છે; માટે વંધ્યત્વ તે દોષ છે અને તેને દૂર કરવા ફક્ત નીચેની દવા લેવી.

થાયરોઇડ ગ્રેન ૧.

કાર્પસ્યુલીઅમ ગ્રેન ૫ ગોળી કરી લેવી.

Urticaria—

એડ્રીનલ ગ્લાંડ લેવું.

Melancholia—

Thyroid gr. I Pituitary  
gr.  $\frac{1}{10}$ , Thymus grs. II. To  
be taken in a Capsule.

Neurasthenia—

Thyroid gr.  $\frac{1}{2}$  Pituitary  
gr.  $\frac{1}{10}$  Testicular Ext. gr.  
II Strychnin Sulph gr.  
 $\frac{1}{8}$  in a Capsule—

ઉપર બતાવેલા ઉપચારો કરવાથી જરૂર ફાયદો થાય છે. આ પછીના પાનામાં યોગના પ્રયોગો આર્પવામાં આવશે.

## પ્રકરણ ૧૫ મું.

### યોગના પ્રયોગોનું ઢંક વર્ણન.

વાંચક રસપિંડો એટલે શું અને તે બગડવાથી થતાં દરદો કેવા હોય તે જાણ્યા પછી હવે આપણે તેની સારવાર પ્રતી વળીએ. પાત્રિમાત્ર્યો આવાં દરદોની સારવાર તે રસપિંડોના સત્વોથી કરે છે અને તેવીજ સારવાર આપણા સુશ્રુતમાં પણ છે; પરંતુ વાંચક જરા થોભીજી અને ત્હારા હૃદયને શાન્ત રાખી ત્હારા માનસિક ક્ષેત્રમાં દાખલ થઈ ન્યાય અને દયાને શરણે જઈ વિચાર કર. આ અખિલ સૃષ્ટિમાં પ્રભુએ જુદા જુદા ભૌતિક શરીરો બનાવ્યાં છે. જે લાગણી આપણને છે તેજ લાગણી બિચારાં પ્રાણીઓને છે; તેમના અંગના ભાગો કાઢી આપણે દવા માટે વાપરીએ તેના કરતાં કૃતાંતના શરણે થવામાંજ હું દયા અને ન્યાય સમજું છું. આ સંસારમાં સર્વને જીવવાનો સરખો અધિકાર છે માટે પ્રાણીના ભાગે વાપરવા તે એક કુદરતનો ગુન્હો છે. પ્રયોગો કરવામાં જે નિર્દોષ પ્રાણીઓ ઉપર જીલ્મ થાય છે તેની વિરુદ્ધ માફ વલણ છે; અને બાર દબને હું જણાવું છું કે કોઈ પણ પ્રાણીના જીવનના ભાગે તેના અવયવો સેવાનો માનવીને અધિકાર નથીજ. કૌડ નામની મોટી મોટી હજારો મચ્છીઓને એકત્ર કરી તેને દયાવી તેના લીવરનું તેલ કાઢી મોકલવામાં આવે છે, તેવી દવા વાપરતાં જરા અચકાઈ અને વિચાર કરો. બિચારી પ્રાણીની બહાર નીકળેલી કૌડ માંછલી, તરફડતી અને છેલ્લા શ્વાસ લેતી તે કૌડ માંછલીની જીવન અને મૃત્યુની વચ્ચે તરફડાટ મારતાં જીવવાની તાલાવેલી અને તેને કચરી કઢાતાં તેલની ક્રિયા, વાંચક તારી નજર આગળ થાય તો શું તું, પેલું મોહક સુંદર શીશીમાં ભરેલું કૌડ-લીવર ઓઈલ વાપરીશ? શું તારી છાતી એટલી બધી કઠીન અને દયા વિહોણી હશે? ક્વચિત્ જલ્દાદો પણ નરી આવી

હિંસાથી કંપી ઉઠે છે તો તું કદી પણ આવી બનાવટ વાપરીશ નહીં. સારે કાડલીવરના પ્રતિનીધી તરીકે શું વાપરવું ? માખણ અને સોનાના વરખ, ઘી, ટોપરાનું ઘી અને તેને મળતા પદાર્થો વધારે ઉત્તમ છે. કેળનું પાણી અને કેળાંમાં જે ફારફેટ અને વીટેમીન છે તેના જેટલું જ તેમાં છે. અમે તો બાર દમને સર્વને આ બાબતમાં શોધ ખોળ કરવા કહીએ છીએ. એકલા કાડલીવર તેજ ઉપર ક્યાં વાત છે; પ્રેંકીઆટ્રીન, ફેલ બોવાઇનમ, પેપસીન, થાયરોગ્લીન, પ્રોચ્યુઇટ્રીન, સ્પર્મીન, એડ્રીનલીન, અને રસપિંડોની તમામ બનાવટો પ્રાણીજન્ય છે. બાઇવો, વેલેન્ટાઇન અને વીટેલીયાના મીટ જયુસો, ખાયનની બનાવટો તેમજ તેને મળતી ઘણી બનાવટો તેવી છે તે તો નજ વપરાય તો દીક.

આ હિંસા હિન્દના થોડા મનુષ્યો શિવાય દરેકને પસંદ પડશે અને મુસલમાનોમાં તો તે ખોરાક છે. હિન્દુની ઘણી કોમો પણ ખોરાક તરીકે પ્રાણી વાપરે છે એટલે ગણ્યા ગાંઠ્યા શિવાય પ્રાણીજન્ય ભાગોના માટે કોઇ બાધ કાઢવું નથી પણ મારે સર્વને જણાવવાનું છે કે ઇશ્વરે સૃષ્ટીમાં મનુષ્યો, પ્રાણીઓ, જનાવરો, પશુ, પંખી અને વનસ્પતી બનાવી છે તે સઘળું મનુષ્યના માટે નહીં પણ મનુષ્યની સેવા અને આનંદ માટે છે. મુરઘીના સોનાના ઇંડા માટે મુરઘી મારવા જેવી વાત ન કરવી સારી છે. ગાયનું દુધ પીવું સાફ પણ ગાય મારવી તે અનહદ પાપ છે અને કુદરતનો ગુન્હો છે. તમોને તે પેદા કરવાની શક્તિ નથી તો મારવાની શક્તિ અને સત્તા કોણે આપી ? નકામા વિચારોને વશ થઇ કાંઇ પણ કરવું તે બુદ્ધિમતાનું ચિન્હ નથી.

આટલા પ્રસ્તાવ પછી હવે આપણે આપણા મૂળ વિષય ઉપર આવીએ. આયુર્વેદના પ્રાણાચાર્યોએ શરીર તંદુરસ્ત રાખી ટકાવવા પ્રથમ ઔષધો પ્રાણીજન્ય વાપર્યાં. તેનાથી તેમને ઉપરની ભાવના ઉદ્ભવી અને તે નૃકશાન કર્તા જણાવ્યાં તેથી તેઓએ વનસ્પતી-



જન્ય પ્રયોગો શોધ્યા. જેમ જેમ આગળ વધ્યા તેમ તેમ ધનવંતરી જેવાને જણાયું કે જેવા મનુષ્યો છે તેવીજ વનસ્પતી છે. વનસ્પતી અગર જ્ઞેષ્ઠો તે સ્થીર મનુષ્યોજ છે. તેમને વાળી છે, તેમને લાગણી છે, તેમને બુદ્ધિ અને તરણ છે, તેમને મગજ અને હૃદય છે, તેમને આમડી, રક્તવાહીનીઓ અને સંઘાવાદક તંતુઓ છે. દૂકામાં જ્ઞેષ્ઠો તે તો સ્થીર મનુષ્યોજ છે અને જેવો આ સૃષ્ટિમાં રહેવાનો આપણને અધિકાર છે તેવો તેમને પણ છે તેથી તેઓએ વનસ્પતીનો ત્યાગ કર્યો અને યોગના પ્રયોગો શોધી કાઢ્યા અને તેઓએ તે રીતે શરીરની તન્દુરસ્તી મેળવી. જે દંપતી યોગારૂઢ છે તેની સંતતી પણ તેવીજ થાય છે અને તે સંતતી પણ કદી રોગીષ્ટ નથી થતી તેથી તે પ્રયોગો અમો અત્રે આપીએ છીએ કે જે પ્રયોગો રસપિંડના પ્રવાહી ઉપરજ રચાયા છે. રસપિંડો, તેનું પ્રવાહી અને તેનું જ્ઞાન પૂર્વાગાયોને હતું અને તેઓએ કેવા સુંદર પ્રયોગો યોજ્યા છે તે હવે પછીના પૃષ્ઠો ઉપરથી સમજી શકાશે.

રસપિંડો શરીરમાં કેટલા અને કયાં કયાં છે તેનું જ્ઞાન આવશ્યક હોવાથી વાંચક તે તું પાછલાં પૃષ્ઠોમાંથી મેળવી લેજે, અને તેના થતાં દરદો યાદ રાખી પછી નીચેનાં પૃષ્ઠો વાંચ એટલે તને આર્યોના જ્ઞાનની અદ્ભૂતતાની ખાત્રી થશે. આર્યોને તો નહોતી જોતી રેશ્વે, ટેલીફોન, તાર, બલ્બ કે કોઈ પણ મોટર, તેઓ તો યોગ જ્ઞાનથી દૂરની વાતો સાંભળતા, જાણતા અને દૂરના મનુષ્યોને આકર્ષતા અને હજારો ગાઉ અળીમા સીદ્ધથી જતા આવતા. દેશમાં સુંદર વિમાનો હતાં, જ્યાં આવવાના સાધનો હતાં અને ભારત વર્ષની રિદ્ધો સિદ્ધીથી અખિલ સૃષ્ટિ આકર્ષાઈ હતી; તે બધું લખી હું ટાયલાં કારવા નથી માગતો પરંતુ એટલું તો કહેવા માગું છું કે જે વૈદક વિષય આર્યોનો છે તે અપૂટ, અટૂટ, આબાધિત અને અદ્ભુત છે. તેના ઉપર દરેક માણસે વિશ્વાસ રાખવો અને તે પ્રમાણે વર્તવાથી જરૂર સિદ્ધિ થશેજ.

શરીરને આરોગ્ય રાખવામાં સુખનો પ્રકાશ, હવા અને કુદરત એ ત્રણ વસ્તુની જરૂર છે. પ્રથમ અનુકુળ કુદરત જોઈએ. ભારત વર્ષમાં બીજા દેશની માફક કુદરત પ્રતિકુળ નથી અને તેમાં એ વળી ગુજરાત અને કાઠીઆવાડના આબુ અને ગિરનાર જેવા પ્રદેશમાં કુદરત પોતાની સર્વ શોભા પાથરી રહી છે. ત્યાં નથી હીમ, ખરફ કે લોહીને કારીદે તેવી તાદ કે નથી આફ્રીકાના જેવો ચામડી બાળી નાખે તેવો તાપ કે ત્યાં નથી આસામ જેવો વરસાદ. દરેક ઋતુ અનુકુળજ છે. ન્યાં દયા, દાન, ક્ષમા અને શાન્તીવાળું રાજ્ય હોય, ન્યાં પ્રજા પૃથ્વશાળી હોય તેવા પ્રદેશમાં મુંદર ભુવન રાખી સર્વ ચિંતાનો ભાર જગતના સ્વામી અને અધિષ્ઠાતા, સર્વેશ્વર, સર્વાન્ન-રયામી, વિશ્વેશ્વર શ્રી પ્રભુને સોંપી જીવનયાત્રા શરૂ કરવી અને પ્રથમ આસનો શીખવાં. જીવનવ્યાપાર નિર્દોષ, દયામય અને સત્યવાળો તેમજ નીતિનો જોઈએ; અતિ અહાર, અતિ લોભ, મોહ અને માનસિક તેમજ શારીરિક સાંસારિક વૃત્તિનો પ્રયાસ, બહુ લવારો, સંસારના કઠીન નિયમોનું ખોટું પાલન, લોકનો સહવાસ, ચપળતા આ એવા દુર્ગુણો છે કે જેના વડે માનવી કંચન અને કામિનીના ભોગ થઈ પડે અને પછી સંસારની વિષયવાસનાથી બદ્ધ થતાં તેની દુર્દશા થાય છે. વાહ ! ખંજનાક્ષીઓ અને મીનાક્ષીઓના પીન પયોધરો અને મુખચંદ્રો જોઈને ચક્ષુ રૂપી ચક્રોરો મુગ્ધ થઈ જાય અને મન વિહ્વળ થાય. પછી તો ભુઓ મગ્ન અને ભોગવો તેની સગ્ન. મન, વિદ્લોલ હાસિની, મંદ-વિદ્લાસિની લલનાઓના લલિત હાવભાવમાં મુગ્ધ થતાં તેની દુર્દશાજ થાય છે; અને નિયમો, તૂટતાં બ્રહ્મચર્ય ટૂટે અને વૃદ્ધ થતાં મૃત્યુ જલ્દી આવે.

ઉત્સાહ, સાહસ, ધૈર્ય, તત્વજ્ઞાનમાં નિશ્ચય, જનસંગ પરિત્યાગ, અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય, ક્ષમા, વૃત્તિ, દયા, આર્જવ, મિતાહાર, શૌચ અને શાન્તિ એ એવા ગુણો છે કે જેના વડે ભવપાર તરાય અને યોગ સિદ્ધિ થાય, તેથી ઉપરની વૃત્તિ રાખી પ્રથમ આસનો શીખવાં.

વાંચક, યોગ એટલે ખાવા થવું તે નહીં. યોગ એટલે સંસારનો ત્યાગ કરવો તે નહીં, યોગ એટલે જંગલમાં પર્ણકુટી નિવાસ કરવો તે પણ નહીં, પરંતુ યોગ એટલે સૂર્ય અને ચંદ્રાત્મક જે તેનો પ્રકાશ થાય તેજ વિદ્યા તે છે. તેનાથી નંદૂરસ્તી પ્રાપ્ત થાય છે, તેના બળથી તમામ વિદ્યા પ્રાપ્ત થાય છે અને સમૃદ્ધિ આવે છે. શુભ્રચ્છા, વિચારણા, તનુમાનસા, સત્વાપત્તિ, અસંશ્ચક્તિ, હારાથ બાવિની, અને તૃપ્તિ આ એ સાતે બ્રૂમિકા ગ્રંથવા છતાં પણ સંસારમાં રહીને સંસારયાત્રા બની શકે છે. યોગવિદ્યા ન જાણવાથી તો બ્રહ્મા અને છંદ્ર જેવા પણ મૃત્યુની યાતનાથી ડરી જાય છે માટે યોગવિદ્યાથી મર્ણ સમયે શરીર સુખ પૂર્વક છૂટી શકે છે. જનકરાજનો રાજયોગ તેજ ખરો યોગ છે અને વાંચક તારે પણ તેવા અથવા કૃષ્ણ જેવા રાજયોગી થવાનું છે.

**આસનો અને રસપિંડો**—શરીરના રસપિંડો બગડે તેને સુધારવા કેટલાક આસનો યોગજ્ઞાં છે. તેમાં પ્રથમ સ્વસ્તિકાસન, ગોમ્પાસન, વિરાસન, કૂર્માસન, કુકકુટાસન, ઉત્તાન કુર્માસન, અને ધનુરાસન એટલાં આસનો શરીરની ક્રિયાને યોગ્ય કરવા માટે છે. તે કયાં પછી ખાસ ઉપયોગી મત્સ્યેન્દ્રાસન કરવું.

મત્સ્યેન્દ્રાસન કરવાની રીત એવી છે કે એક પગને (બેશીને) ઢીંચણમાંથી વાળવો અને તેને બહાર મરડી પગનું તળાચું ઉપર આવે તેમ ટેકવવો અને તેને તેજ બાજુના હાથથી ટેકો રાખી પકડી રાખવું અને તેજ બાજુ તરફ મુખ અને શરીર રાખવું. બીજી બાજુનો પગ વાળી તેના પગનું તળાચું આ બાજુ મરડેલ પગની સાથળ ઉપર મુકીને સામી બાજુનો હાથ પીઠ તરફ મરડીને પગનું તળાચું પકડી લેવું અને બેસવું. આ રીતે મત્સ્યેન્દ્રાસન થાય છે.

મત્સ્યેન્દ્રાસન વડે પેટની ચરખી નરમ થાય અને પેટ નીચું બેસી જાય છે. ભૂખ લાગે છે અને જે સીમ્પેથેટીક નર્વ્ઝનાં ચક્રો છે તે જાગ્રત થઈને બરડાની કરોડના રજ્જુઓ અને મેરુદંડ વાટે

પ્રાણનો પ્રવાહ ચાલે છે અને તેથી કરી મસ્તકમાં રહેલ ચંદ્રાત્મકપિંડ કે જેને આપણે પીનલગલાંડ કહીએ છીએ તે અને પીચ્યુઈટરી નામનો રસપિંડ સતેજ થઇને થાયરોઈડને કામે લગાડે છે તથા પેન્ક્રીઆસ, લીવર, અને ડીઓડીનમ નામના પીંડો સતેજ થઇને કામે લાગે છે. પરિણામે જનન અવયવો પણ મજબૂત થઈ શરીર તંદુરસ્ત બને છે.

ચરખીનું વધવું, કામદેવના ધનુષ ૩૫ જનન અવયવોનું શિથીલ થવું અને બ્રૂખનું ઓછું થવું. આ ચિન્હો થાયરોઈડ સત્વના ઓછા થવાનાં છે તે આ આસનથી મટી જાય છે. સ્ત્રીઓ બાલી જઈ ચરખીમય થાય છે અને તેથી તેને છોકરાં થતાં અટકે છે. તેવી સ્ત્રીઓને ચરખી ઓછી કરવા માટે પણ આજ આસન કામનું છે તેમજ તેમણે ખાસ કરીને પશ્ચિમતાન આસન કરવું.

ચાંચક, રસપિંડોના દરદો આમ મટે તો પછી તારે વળી તેના સત્વો લઈ દેહને શા માટે બ્રહ્મ કરવો પડે છે ? સ્ત્રીઓ અને પુરૂષોને દિતકર એવું પશ્ચિમતાન—આસન અવસ્થા કરવું.

પશ્ચિમતાન આસન જમીન ઉપર બેસી કરવું. પગને સીધા જમીન ઉપર રાખીને કેડેથી નીચા વળવું અને કપાળ ઢીચણુ મુધી લઇ જવું અને બન્ને હાથ લાંબા કરીને બન્ને અંગુઠા પકડી લેવા.

આ પશ્ચિમતાન આસનથી પેટ જેનું જાડું થઇને ચરખી ચડી મયા જેવું થયું હોય તે ચરખી મટી જાય છે. જે સ્ત્રીઓને પણ ચરખી વધી હોય તેણે આ આસન કરવું અને તેથી ચરખી ઘટી જઇને શરીર સુંદર બને છે. ફરજદ લાયક થાય છે. આ આસનથી તમામ નાડીઓ ખુલ્લી થઈને પ્રાણનું સુખરૂપ વહન થાય છે. અને કદાપી જે બરોલ વધી હોય અગર પેટના દોષ વધારે હોય તો મયુરાસન કરવું કે જેથી પેટની બરોલ ઓગળી જશે, વાતપિત, કફ કે જે જીવન રસામન પ્રવાહીનો પ્રદેશ છે તે

પણ સુધરી જશે અને શરીર મજબૂત થશે. આવી રીતે આસન કરનાં થાક લાગે તો શવાસન કરવું અને શાન્તિ લેવી.

વાંચક, આસનો ચોરાશી લાખ છે. વર્ણન કરવાથી પાલવે નહીં. તેથી યોગજ્ઞાતાઓએ ફક્ત થોડાંજ બનાવ્યાં છે. જેટલી યોની તેટલાં આસન. ફક્ત શિવજી જ તે સધળાંને જાણે છે. યોગવિદ્યાના આદિ ગુરુ ભગવાન શિવને ચરણે સિંધ ધરીને ઉપરનાં આસનો કરવાથી જરૂર શરીર તંદુરસ્ત થશે જ. આ અસાર મંસારને તરવા માટે એ શિવનું શરણુજ ઉત્તમ છે; અને તે શરણુ પ્રદવા આત્મધ્યાનની જરૂર છે. આત્મધ્યાન કરતાં સમાધી થાય અને અંતે મોક્ષ મળે. આવી શુભગતીના પ્રયોગનું આસન તે સિદ્ધાસન છે; કે જે કરવાથી મગજ, તેના વેન્ટ્રીક્લ્સ Ventricles, પીચુષ્ટિરી, પીનલગ્લાંડ, સુષુમ્ણા, ઈડા, પિંગળા કાંડ તેમજ તમામ પ્લેક્સસો જાગ્રત થઈ એવો તો શરીરમાં જીવન પ્રવાહ વહે કે યોગની અષ્ટ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થઈ જીવન લંબાય. આ ક્ષણિક જીવન લંબાવવાનું મુખ્ય સાધન આજ છે. પ્રાણીના ભાગોનો ઉપયોગ કરી કદી પણ કોઈ અમર થવાનું નથી.

**યોનિસ્થાનકમંત્રિમૂલઘટિતં કૃત્વા દૃઢં વિન્યસે**

**ન્મેદેપાદમયૈકમેષ હૃદયે કૃત્વા હનુ સુસ્થિરમ્ ॥**

**સ્થાણુઃ સંજમિર્નેત્રિયોઽ ચલદશા પશ્યેદ્ધુર્બોરંતરં**

**શ્વેતગ્મોક્ષકપાટ મેદજનકં સિદ્ધાસનં પ્રોચ્યતે ॥ ૩૬ દ. પ્ર ।**

ઉપર પ્રમાણે કરવાથી નાકના ઉપરના ભાગમાં ફ્રોન્ટલ બોનમાં નાકની પોલાણમાં થઇને એક છિદ્ર હોય છે તેને ફ્રોન્ટલ સાર્થનસ કહે છે. આ છિદ્ર આ સિદ્ધાસનથી ખુલ્લી જાય છે અને તેથી યોગી સિદ્ધ થાય છે. આમ થવાથી જીવન રસાયન પ્રવાહીને નવું જીવન મળે છે અને શરીર પૂર્ણ તંદુરસ્ત બને છે. સૂર્યના સાચું જોષ બેસવાથી અને પ્રાણાયામ આ આસન વાળી કરવાથી જાતીનાં તમામ દરદો દૂર થાય છે અને પુરુષત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. કોઈ શાન્ત

થાય છે અને સ્વભાવની નિર્મળતા પ્રાપ્ત થાય છે. શરીરની તમામ નાડીઓ (જ્ઞાનતંતુઓ) શુદ્ધ થાય છે. આ આસનમાં પ્રાણાયામ ઘણે ભાગે કુંભક રહે છે. શરીરના મૂલ બંધ, ઉડ્ડિયાનબંધ, અને જલંદર બંધ ખૂલ્યા થાય છે અને માનસિક તેમજ શારિરિક શક્તિ ઘણીજ સુધરે છે. આવા બદ્ધ પદ્મભરસનને તો યોગી, મુની, ઋષી અને મહારાજ ભર્તૃહરી જેવા ઇચ્છે છે. આ અસાર એવા સંસારના દુર્જનોના સંગ કરતાં તો આ યોગની સમાધી ઉચ્ચતમ છે માટે વાંચક તું—

ગંગાતીરે હિમગિરિશિલા વચ્ચે પદ્માસનસ્ય  
બ્રહ્મધ્યાનામ્યસનવિધિના યોગ નિદ્રાં ગતસ્ય ।  
કિં તૈર્ભાવ્યં મમ સુદિવસે યૈત્ર તે નિર્વિશંકા  
સંપ્રાપ્સ્યન્તે જરદ હરિણાઃ શૃંગ કંડુ ચિનોદં ॥

મહારાજ ભર્તૃહરીની પેઠે ગંગા કિનારે પર્વતોની શિલા ઉપર પદ્માસન બાંધીને બ્રહ્મના ધ્યાનમાં પડી યોગ નિદ્રા અનુભવ અને તારા સમાધિસ્થ શરીરને હરીણો પોતાના શીંગડાં ધસે એવા સુદિવસને પ્રાપ્ત કર. પરન્તુ તારે

પૂજ્યૈર્મૂલ ફલૈઃ પ્રિયે પ્રણયિનિ વૃત્તિ કુરજ્વાધુના  
શૃંગૈયા નવવલ્લભૈ રકટૈર્હૃદિષ્ઠ યામોવનમ્ ।  
શ્વપ્રાજામ વિવેકમૂઢમનસાં યત્રેશ્વરાણાં સદા  
પિતૃવ્યાદયવિવેક વિહ્વલગિરાં, નામાનિ ન શ્રૂયતે ॥

ભર્તૃહરી મહારાજની પેઠે પ્રિયને ઉઠાડી વનમાં જવાની વૃત્તિ કરવા પહેલાં, પવિત્ર મૂળ, ફળ, શૃંગૈયા, નવવલ્લભમાં પ્રીતી લગાડતા પહેલાં, અને જે અટવીમાં અવિવેકી મૂઢ મનના ધનાઢ્યો ચિત્તના વ્યાધિગ્રસ્ત હોય તેવાની અવિવેકથી યુક્ત વાણી સંભળાય નહીં તેવા જંગલ પ્રતી જતાં પહેલાં તારે તો આ સંસારની ઉન્નતિ કરવાની છે અને આ પરાધિન ભારત સ્વતંત્ર અને તે માટે તારે

મત્ન કરવાનો છે અને છેવટે તું સંસાર યાત્રાથી થાકે એટલે પછી યોગનિદ્રા લેજે અને પદ્માસન સાધજે. પદ્માસન સંપૂર્ણ વ્યાધિનો નાશ કરનાર છે. સિદ્ધાસનમાં દાથવડે પછવાડેના અંગૂઠા પકડવાના નથી હોતા જ્યારે પદ્માસનનાં પીઠ પછવાડે દાથને ક્રોસ કરી સામ સામી બાજુના અંગૂઠા પકડવાના હોય છે. આવી રીતે પદ્માસન વાળાને જે માલુસ ખેસે અને પ્રાણાયામ કરે તે સર્વ રોગ રહિત બને છે. સિદ્ધાસન પણ તેટલું જ ઉત્તમ છે. તેનાથી મૂત્રબંધ ખુલ્લો થાય છે. આ આસનો સિદ્ધ કરવાં અને તે કર્યા પછી પ્રાણાયામ સિદ્ધ કરવો. પ્રાણાયામ સિદ્ધ કરવાથી શરીરની તમામ શક્તિ બળે છે. આ ક્રિયાઓ શરીર તંદુરસ્ત કરવા માટેની છે માટે આ ક્રિયા દરમિયાન ધ્યાનચર્ચા પાળવું અને મિતાદારી રહેવું તે પ્રથમ કહેવાઈ ગયું. ખાંડ, ખાટું, કડવું, તીખું અને ગળ્યું ખાવું નહીં. ભાજી, તેલ, મદીરા, માંસ, દીંગ, લસણ, ડુંગળી, ગાજર, અડદ પણ ખાવા નહીં, દહીં, છાશ, કળથી વિગેરે ભારે પદાર્થો ન લેવા. દાળ ખાવાથી શરીર જડ બને છે માટે ઓછા અમીથી જે ચીજ રંધાય તે ખાવી. આપણે વીટેમીનના પ્રકરણમાં સમજી ગયા કે અમીથી ધણી પદાર્થો ભારે થાય છે એટલું જ નહીં પણ તેનો ગુણ પણ ફરી બળ છે. ઘી વિનાનું અન્ન લેવું નહીં તેમજ તિક્ષણ પદાર્થોનો ત્યાગ કરવો. દુધનું બોજન સર્વથી ઉત્તમ છે. કોઈ પણ ક્લેશકર કાર્ય કરવું નહીં. ધઉ, ચોખા, દુધ, ઘી, ખાંડ, સુંઠ, પટોળ, મગ, વિગેરે ખાવાં. તે સધળાને દુધમાં રાંધીને પણ ખવાય. ખોરાક સારો અને સાત્વિક રાખવો. આ પ્રમાણે ચાલનારને ઋતુચર્ચાનો બાધ લાગતો નથી. આ પ્રયોગો, યુવા, વૃદ્ધ, અતિવૃદ્ધ, બાળક, સ્ત્રી અને તે નિરોગી તેમજ અતિરોગીષ્ટ સ્થિતિમાં પણ કરી શકે છે.

**પ્રાણાયામ—**આસનો કર્યા પછી પ્રાણાયામ કરવા. આપણે જોઈ ગયા છીએ કે ચાપરાઈડ રસપિંડ તે મનનું સ્થાન છે અને મન બટકતું રહે, અતિચિંતા, ભય, વ્યાધિ વિગેરેથી ચાપરાઈડ બગડે

છે અને તેના બગડવાથી શરીર રોગગ્રસ્ત થાય છે. બટકતું મન ક્યારે વશ થાય તે જોવાનું છે. સુખ અને દુઃખનું કારણ મન છે અને જે મન વશ થાય તો સુખ મળે. મનને વશ કરવું અને પવનને રોકવો તે બરોબર છે. પવન રોકાય અને સ્થિર થાય તો મન વશ થાય. પવન રોકી તેના ઉપર કાણુ મેળવવા માટે પ્રાણાયામ છે. આ પવન તેજ પ્રાણવાયુ, અને પ્રાણવાયુનો સંબંધ છે તેથી જ જીવન છે. અને તે જીવન છે ત્યાં સુધી રસપિંડોનું સાત્મ્ય પણ છે માટે શરીર સ્થિર રાખવા પ્રાણવાયુ પર કાણુ મેળવવો ફિક પડશે. પ્રાણાયામથી સર્વ નાડીયોની મળશુદ્ધિ થાય છે. પ્રહમાસનવાળી પ્રથમ ડાબા નસકોરાંથી વાયુ ધીરે ધીરે ખેંચવો (જે માત્રા સુધી). પછી ચાર માત્રા સુધી કુંભક કરવો એટલે કે બન્ને નસકોરાં બંધ કરી વાયુ રોકવો. ત્યાર પછી ચાર માત્રા પૂરી થએ જમણા નસકોરાંથી ધીરે ધીરે બાર માત્રા સુધી બહાર વાયુ કાઢવો. તેને રેચક ક્રિયા કહે છે. તે પૂરી થયે વળી પાછો જમણા નસકોરાંથી જે માત્રા સુધી વાયુ પૂરવો તે પૂરક ક્રિયા, પછી પાછું ચાર માત્રા સુધી કુંભ કરી બાર માત્રા સુધી રેચક કરવો. એટલે આ છત્રીસ માત્રાનો એક પ્રાણાયામ થયો. તેવા બાર પ્રાણાયામનો એક પ્રત્યાહાર થાય. બાર પ્રત્યાહારની એક ધારણા થાય અને બાર ધારણાનું એક ધ્યાન થાય અને બાર ધ્યાનની એક સમાધી થાય. જ્યારે સમાધી થાય ત્યારે અલ્પ જ્યોતિના દર્શન થતાં સર્વ મેલ દૂર થઈ શાન્તિ અને સંપૂર્ણ આરોગ્ય પામ થાય છે.

યોગવિદ્યાની સાધના કરનારે સવારે ૮૦ પ્રાણાયામ કરવા સાંજે એંશી અને બપોરે એંશી કરવા. તેમ કરવાથી પ્રાણવાયુ ઉપર કાણુ આવતાં શ્વાસ રોકાય છે અને શ્વાસ રોકાતાં બાર પ્રાણાયામ એટલે વખત શ્વાસ રોકાય ત્યારે પ્રત્યાહાર થયો. તેવી રીતે ચડતાં સમાધી થાય છે.



આ વિષય મહનતમ છે. ખાસ સંભાળ રાખવી. પ્રાણાયામ કરતાં પરસેવો, કંપ થાય તો બૂલ સમજની, પરંતુ આનંદ પ્રાપ્ત થાય અને શાન્તિ મળે તો બરાબર ક્રિયા થાય છે તેમ સમજવું. આવી રીતે ચક્રિતસર પ્રાણાયામ કરવાથી સંપૂર્ણ આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. આવા દિવ્ય પ્રયોગો છોડીદધને બિચારા નિર્દોષ પ્રાણીના સત્વો લેવામાં શો સાર છે તે મારાથી કાંઈ સમજતું જ નથી.

પ્રાણાયામ અને આસનની સિદ્ધિ થતાં શરીર હલકું પડે છે અને તેજની વૃદ્ધિ થાય છે. સંસારના ધસારાથી જે રસપિંડો બગડીને શરીરને ભારે કરે છે તે જીવન રસાયન પ્રવાહી (વાત-પિત્ત-કફ) બરાબર થવાથી શુદ્ધ થાય છે અને શરીર તંદુરસ્ત થઈ તેજસ્વી બને છે. આટલા ઉપરથી હવે સમજાયું હશે કે લાંબા લાંબા પ્રયોગો દ્વારા જે સિદ્ધ થયું હતું તે પૂર્વાચાર્યોએ આસન અને પ્રાણાયામથી કર્યું છે. આપણે સવારે બ્રાહ્મણોને નદી કિનારે અથવા ઘેર નાક તાણતા જોઈએ છીએ તે અને ઉપરના વર્ણનમાં જે રીત આવી તે પ્રાણાયામમાં કેટલો ફેર છે તે જણાઈ આવશે.

જે માણસના શરીરમાં મેદ અધિક હોય તેણે મેદ દૂર કરવા ધૌતિ, બસ્તિ, નેતિ, ત્રાટક, નૌલિક અને કપાલભાતી પ્રથમ કરવા. પછી પ્રાણાયામ સાધવો. ધૌતિ કરવાથી કાસ, સ્વાસ, પ્લીહા, કુષ્ઠ અને સઘળા કફના દોષો દૂર થાય છે. બસ્તિકર્મથી વાત-પિત્ત અને કફના સઘળા રોગો તથા પ્લીહોદર અને ગુદ્મ અથવા ગોળો કે પેટપીડનાં તમામ દરદો તથા મોટા આંતરડાનાં દરદો મટે છે.

વાંચક, આ વર્ણન વાંચી તું ખોટા વિચાર કરીશ નહીં. સવારે, બપોરે અને સાંજે મળી ૨૪૦) પ્રાણાયામ અને તે વળી ખાસ પરેજ પાળીને ? શું કમાવા માટે ? અમને તો આ ચાલુ પ્રવૃત્તિના જમાનામાં આવા ધર્તિગો પાલવે નહીં. અમારે મીસોમાં, કારખાનાઓમાં અથવા તો પેઢીઓમાં ટાઇમસરજવાનું હોય છે.

રેલ્વે, તાર, ટેલીફોન, વિજ્ઞાનક કારખાના અને દવાખાનાના ટાઇમો સાચવવાના હોય છે. મોટી મોટી મીટીંગોમાં અમારે ભાગ લેવાનો હોય ત્યાં વળી આવા કંદામાં ક્યાં પડીએ. પ્રભુ અગર જ્ઞાનના નામ નીચેતો ધર્તિંગ ચાલે છે. જે વસ્તુ પ્રત્યક્ષ પ્રમાણથી સિદ્ધ થતી નથી તે માટે આમ કાંકાં મારી વખતની બરબાદી કરવી એ પાલવે તેમ નથી. વાંચક, જરા શાન્ત મન રાખી મારું સાંભળીશ ? કૃષ્ણે અરબુનને વિષાદ યોગમાં શું કહ્યું હતું ? સ્વધર્મમાં નિધન શ્રેષ્ઠ છે અને પરધર્મ તો બચાવહ છે. આપણું જે છે તે પ્રયોગોથી સાબીત થયું છે, થાય છે અને થશે કે તે સધળું શ્રેષ્ઠ જ છે. આપણે કેળવાયા અવળી રીતે તેનું જ આ પરિણામ છે. આપણે કોટ પાટલુનના બલકાથી અંજનયા છીએ. પાશ્વિમાત્યો તનતોડ મહેનત કરી રહ્યા છે તેનું આપણે અનુકરણ કરી રહ્યા છીએ. હંમેશા અનુકરણ કરનારા તિરસ્કારને પાત્ર હોય છે. અનુકરણ કેણુ કરે ? વાંદરા. ધણા અંગ્રેજના મુખે મેં સાંભળ્યું છે કે અંગ્રેજ હ'ય અને રીતભાતમાં તમે વાંદરા જેવા જણાવ છો. વાત સાચી છે. જો આપણે આપણા પહેરવેશ અને રીતભાતમાં હોત તો જરૂર પૂજત. પરંતુ પોતાનું છોડ્યું એટલે મૂર્ખ હ'યો. હવે મોહ છોડો. પાશ્વિમાત્યોનું ગૃહણ કરવાથી કાંઈ પાશ્વિમાત્યો આપણને તેમનામાં બેળવતા નથી તેમજ તેઓ કાંઈ આપણને માન પણ આપતા નથી. ત્યારે આ બધો દંભ શો ? આપણે તો આપણું સાચવી ખરા હિન્દુ બનવું અને આર્થ સંસ્કૃતિને દીપાવવી.

વાંચક, તારે આ યોગનો અભ્યાસ કરવાનો છે. ક્યાં પછી તું સંસાર ચલાવી શકે છે, ધંધો કરી શકે છે, શોધખોળમાં તને આ યોગ મદદ કરશે. તું ટ્રેડર્ન, તાર, ટેલીફોન, વિમાન, અને સ્ટીમરોની શોધ કરી શકે છે. તું જરૂર જૂમિના પડ શોધી કાઢી શકે છે અને આકાશના તારાની પણ શોધ કરી શકે છે. તમામ ખાતામાં ભાગ લઈ શકે છે. કમયોગી તારે થવાનું છે. કારણુ કર્મશ્રેષ્ઠ છે

અને અકર્મી થઇ બેશી રહેવાથી તો શરીર-પાત્રા પણ મુશ્કેલ થઈ પડે માટે તારે ઉદ્ધોગ તો કરવાનો જ છે એટલે ભડકીશ નહીં; પણ નરસીંહ મહેતાનું વચન યાદકરકે—

શરીર શોધ્યા વિના સાર નહીં સાંપડે,  
પંડીતા પાર પામે ન પોથે.

શરીરની શોધ આવશ્યક છે. શારીરશાસ્ત્ર કે જોને એનેટોમી કહે છે તે તો જરૂર જાણવીજ જોઈએ. એનેટોમી પાશ્ચિમાત્યની દ્રષ્ટીએ નહીં પણ આર્યોની દ્રષ્ટીએ. પાશ્ચિમાત્યો જડ ભાવથી શીખે, આપણે ચૈતન્ય ભાવથી શીખીએ. શરીર શોધી વળીએ. આત્માના સ્થાનની શોધ કરીએ અને યોગના અંગોને શરીર શોધીને ખીલવીએ. શારીરશાસ્ત્ર તો વેદક અને યોગ બંને માટે ઉપયોગી છે. ઇશ્વરને પામવા માટે તે ઉપયોગી છે, માટેજ નરસીંહ મહેતા જેવો ભક્ત તેમ કહે છે. એનેટોમીની ઉપયોગીતા નરસીંહ મહેતા જેવો ભક્ત પણ જણાવે છે માટે સર્વેએ તે જાણવાની ખાસ આવશ્યકતા છે. વાંચક, હવે જરા વિચાર કરીને ચેત અને આ પરાધીન ભારત સ્વતંત્ર ત્યારેજ થશે કે જ્યારે તું બધી બાબતોમાં તારા પગ ઉપરજ ઉભો રહીશ. એક ટાંકણીથી માંડી એન્જીન સુધી અને પાણીથી માંડી મિષ્ટાન સુધી તું સ્વદેશની બનાવટ ઉપર આધાર રાખીશ તોજ તું માન પામીશ, બાકી તો પારકું તેટલું બચકારક છે તેજર સમજજે.

આટલું બાર દૃષ્ટને લખવાનું કારણ એજ કે આ અતિ ઉત્તમ વિદ્યા તારા દિલમાં હસે અને તું ‘શ્રમજીવી’ થા. આપણે આ બિહામણા પરાધિન કરનાર સુધારાની જરૂર નથી; ફક્ત આપણા પૌર્વાત્યોએ જે રસ્તા કર્યા છે તેના પાલનમાંજ શ્રેષ્ઠતા છે.

માટે એનેટોમી જાણીને પછી તેનું જ્ઞાન યોગના ઉપયોગી રસપિંડો સાથે જોડીને તું આસન અને પ્રાણાયામ જરૂર કરજે કે જે કરવાથી તારું એનેટોમીનું જ્ઞાન સાર્થકતાને પામે. એનેટોમીનું

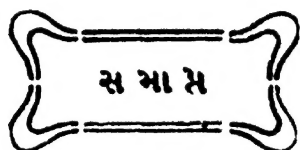
જ્ઞાન પાર્થિવ છે અને યોગનું જ્ઞાન સાથિક છે માટે યોગનું જ્ઞાન લક્ષ પ્રાણાયામ કરવામાં આવે તોજ એનેટોમીનું જ્ઞાન સાર્થકતાને પામે માટે આ વિષય તરફ બેદરકાર ન રહેવાય માટે આટલો આડો, લાંબો પ્રસ્તાવ કરવો પડ્યો છે.

આપણે જાણીએ છીએ કે નાકના ઉપરના ભાગમાં ક્રાન્ટલ સાઇનસ, અને સ્ટ્રીનોઇડલ સાઇનસો છે. આ સાઇનસો મગજની પોલાણ સાથે સંબંધ રાખે છે. નેતી કરવાથી ખુબ્લી જાય તો અણ્ણિમા આદિસિદ્ધી જરૂર પ્રાપ્ત થાય છે. અને તે ઉપર રહેલી પીનલગોડી અને પીચ્યુઇટરી શુદ્ધ થાય છે. આ પ્રમાણે કર્યા પછી ગજગકર્ણી ક્રિયા પણ કરવી ઠીક પડશે. આવી ક્રિયા કરવાથી શરીર તદ્દન નિર્મળ થાય છે. તત્પચ્છાત મુદ્રાઓ કરવી. મહામુદ્રા, મહાઅંધ, મહાવેધ, ખેચરી, ઉડ્ડ્યાન, મૂલઅંધ, જલધરઅંધ, વિપરિત કરળી, વજ્રેલી, અને શક્તિચાલન એ દશ અદ્ભૂત મુદ્રાઓ છે. આપણે આગળ જોઇ ગયા છીએ કે જીવન રસાયન પ્રવાહી શરીરમાં બેરોબર હોય તો શરીર તંદુરસ્ત રહે છે. તે વધે અગર ઘટે તો શરીરમાં રોગ ઉત્પન્ન થઇ વૃદ્ધાવસ્થા વહેલી આવે છે અને શરીર પડી જાય છે. રસપિંડો શરીરમાં જે છે તેનાં પ્રવાહી અમુક છિદ્રો દ્વારા ઝરે છે. પીચ્યુઇટરીનો રસ સ્ટ્રીનોઇડલ સાઇનસ દ્વારા, થાઇ-રોઇડનો રસ જીભ પછવાડેના છિદ્રમાંથી, પેન્ક્રીઆસ, લીવર, ડીઓ-ડીનમના રસપિંડોનો રસ તેમના સ્થાનમાંથી અને વૃષણનું વીર્ય અગર જીવન પ્રવાહી ખાસ નહીં દ્વારા વ્યયને પામે છે. આ પ્રવાહી આમ શરીર બહાર જાય એટલે તે પેદા કરવા તે રસપિંડોને વધારે કાર્ય કરવું પડે અને તેને પહોંચી ન વળે એટલે તે પિંડોને કામ વધારે કરવું પડે તેથી તે પિંડો વધી જાય અથવા પ્રવાહી ઘટે અગર વધે. આમ થવાથી તેવાં ચિન્હોવાળા દરદો થાય છે. આ દરદો પાશ્વિમા-ત્વોએ શોધી કાઢ્યાં અને તેની સારવાર પણ શોધી કાઢી, પરન્તુ આપણા પૌર્વાચાર્યોએ તો જે જે છિદ્રોમાંથી તે રસો ઝરે છે તે

સધળાં છિદ્રો ગોતી કાઢ્યાં અને તે રસપ્રવાહ અટકાવી રસપિંડોને જેવીને તેવી સ્થિતિમાં રાખવા મુદ્રાઓ કરી. આ મુદ્રાઓ કરવાથી તે છિદ્રોમાંથી ઝરતો રસ બંધ થાય છે અને તે છિદ્રો કાયમી બંધ થાય છે. આ રસનું કમી થવું અને ઝરવું તે મૃત્યુ આમંત્રવાનું સાધન છે અને તેનું જળવાવું તે જીવન ટકાવવાનું ખાસ અંગ છે. પાશ્ચિમાત્યોએ આ છિદ્રો શોધી તેના નામ પણ આપ્યાં છે ખરાં પરંતુ તેમાંથી આ જીવનરસાયન પ્રવાહીનો રસ ઝરે છે તે શોધી કાઢ્યું નથી, પરંતુ બ્યારે ને શોધ થશે તે વખતે તો તેઓ આ યોગશાસ્ત્ર તરફ જોયા વિના પોતાની શોધના જખરજસ્ત બાણમાં ડુંકશે, પરંતુ જો આ શાસ્ત્ર પ્રતિ દષ્ટિ કરશે તો જરૂર જણાશે કે આ શોધ તો જુની છે. તેઓ પણ એક દિવસે આ ઝરતા રસને ટ્રદ્ધાવરથા અને મર્ણનું કારણ જણાવશે ખરા. હાલ પણ તેમ જણાવે છે કે વીર્યનું જનું અને કમી થવું તથા તમામ રસપિંડોના રસનું કમીપાતું ટ્રદ્ધાવરથા લાવે છે. આ ઝરતા રસને અટકાવવા યોગશાસ્ત્રે મુદ્રાઓ શોધી કાઢી છે અને આ મુદ્રા કરનાર માણસ મૃત્યુને જરા હંતે ખરો. તે પૂર્ણ તંદુરસ્ત બને છે. આ મુદ્રાઓથી જીવનરસાયન પ્રવાહી શરીર બહાર જતું નથી અને તમામ રસપિંડો, સ્ત્રીમ્પેથેટીક નર્વસ સીસ્ટમ, બધી કુંડલીઓ ( Nervous Plexuses ) તથા સ્પાઈનલ કોર્ડ અને મગજમાં જીવનરસાયનના જીવનનો પ્રવાહ ચાલી રહે છે અને નવી શક્તિ, ઓજસ તથા તેજ પ્રાપ્ત થાય છે. મગજનાં તળીઆં (Floor-Base) નાં છિદ્રો પ્રતિ કોઈ પણ શારીરશાસ્ત્રીએ વજન આપ્યું નથી તેનુંજ આ પરિણામ છે. જો તેના પ્રતિ ધ્યાન અપાય તો આ વર્ણન બરોબર સમજશેજ. હાખલા તરીકે ખેચરીમુદ્રાથી જીભ ગળાના પાછલા ભાગમાં વાળી નાકના પાછલા છિદ્રોમાં ગોઠવી પાછળના તથા આગળના રશીનોછડલ સાઈનસોને સાફ કરવાની ક્રિયા છે તથા જીભના મૂળમાં જે ચાપરોછડતું સત્વ છે તેને નહીંકા વાટે ઝરે છે તે બંધ કરવાનું છે. આ છિદ્રોમાંથી ચંદ્રાત્મક જે રસ ઝરે

છે તે જો બંધ થાય તો શરીર આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરે. આ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કર્યા પછી વીર્ય પેશાબની નળીમાંથી નીકળે છે તે બંધ કરવા મજબૂતી મુદ્રા છે. ને કરવાથી વીર્યપાત થતોજ નથી. આવા પુરૂષો ઉર્ધ્વ રેતા ગણાય છે. વીર્ય જાય નહીં તો પછી માણસ વૃદ્ધ એકદમ થઈ શકેજ નહીં. આવી રીતે આ મુદ્રાઓ પણ રસપિંડોને તંદુરસ્ત રાખવા માટેજ યોગ્યજી છે. આ વિષય ધણોજ ગૂઢ તેમજ કંટાળા ભરેલો છે માટે અત્રે અમે તેનું વર્ણન કરતા નથી; તેમજ આ મુદ્રાઓ પોતાની જાતે કરવામાં ધણું જોખમ છે. ગુરૂ દ્વારા કરવી; તેથી પણ અમે તે વિષય ખુલ્લો કરવા ઇચ્છતા નથી. જેને ઇચ્છા થાય તેણે ખુલાસો ગુરૂ દ્વારા અથવા અમને લખી કરી લેવો. ટુંકામાં એટલુંજ કે શરીરને સંપૂર્ણ આરોગ્ય રાખવા રસપિંડોને નિરોગી અને નિર્મળ રાખવા જોઈએ અને તેમ કરવા માટે મુદ્રાઓ ખાસ કરવાથી બીજી દવાની જરૂર પડતી નથી. વળી આ મુદ્રાઓ કરવા માટે કાંઈ બાવા થવાનું નથી. આ મુદ્રા સ્ત્રી તેમજ પુરૂષો કરી શકે અને સંસાર પણ ચલાવી શકે છે. નિશાળમાં અભ્યાસ કરેલ માણસ જેમ સહેલાઈથી હિસાબ કરી શકે છે તેમ આ આસન, પ્રાણાયામ, અને મુદ્રા શિખેલ માણસ સંસાર વૈભવથી ચલાવી શકે છે. માટે આ જ્ઞાન દરેકને આવશ્યક છે; અને રસપિંડની ચિકિત્સા જ આ જ્ઞાનમાં છે. રસપિંડનું પ્રવાહી તેજ, વાત, પિત્ત, અને કફ અને તે સાત્ત્વ રાખવા માટેજ આ પ્રયોગો છે. આ પ્રયોગોથી આપણા પૂર્વાચાર્યો દીર્ઘજીવી થયા એટલુંજ નહીં પણ આખી પૃથ્વી ઉપર રાજ્ય કરતા અને મુઘરેલા ઝંજીતા. જે વખતે યુરોપ નવ દશામાં ફરતો તે વખતે બારીકમાં બારીક કાપડ વણી જમતભરને હાંકનાર ભારત હતું. આજે આવા દિવ્યજ્ઞાનનો નાશ થવાથી ભારત પરાધિન દશા ભોગવે છે અને તેનાં બાળકો નિર્વીર્ય થયાં છે તેથી તેમની ઓજસ, શક્તિ અને કાન્તિ હણાઈ ગઈ છે અને તદ્દન જંગલીમાં ખપતી થવા લાગી છે. વાંચક યોગના આનાથી પણ હજી

ધણા વધારે પ્રયોગો છે પરન્તુ તે અસ્થાને છે એટલે હવે વધારે આપવા યોગ્ય ધારતો નથી તેથી આ વિષય ટુંકવી હવે બંધ કરે છું. આટલા વર્ણન ઉપરથી તને ખાતરી તો થઈજ હશે કે પ્રાણી-જન્ય હવા અથવા રસપિંડ સુધારવા રસપિંડનાં સત્ત્વો કરતાં વધારે હાયદ્રાકારક અને સહેલા બીજા ઉપચારો છે. હવે તું કદી પણ દેહને બ્રષ્ટ કરનાર હવા ખાઈ તારા શરીરને ઈશ્વરનું ગુન્હેગાર બનાવીશજ નહીં. આપણો સમાગમ પૂરો થાય છે. બહાલા, પ્રભુ પથમાખી ચંદને યોગી થજો. કેવો ? કૃષ્ણ જોવો યોગી થજો હો.



# લોકપ્રિય વૈદ્યક પુસ્તકો.

ખિનજરૂરી ખર્ચો બચાવી નીચલાં પુસ્તકો જરૂર રાખો

ઘરવૈદ્ય—(Family Medicine) ખમી આ. વૈદ્યકનો મંથ. ૬-૦-	
સારી સંતતિ—સદાચારી બાળકો ઉત્પન્ન કરવાનું સામ્ર. ૨-૦-	
ધાત્રીશિક્ષા—ગર્ભાવસ્થા, પ્રસવ, સુવાવડ, બાળઉછેર સંબંધી. ૨-૦-	
રોગીપરિચર્યા દરદીનીસારવાર, માંદાની માવજતનું પુસ્તક. ૨-૦-	
બાળકોનો વૈદ્ય—બાળકો ઉછેરવાં, તેમનાં દરદો ને ઉપાયો. ૨-૦-	
સુવાવસ્થાનો શિક્ષક—યુવાન સ્ત્રી પુરુષોનો સલાહકાર. ૧-૮-	
નિર્બળતા—યુવાન વર્ગની ભૂમો બતાવનાર પુસ્તક, ૦-૮-	
વાજીકરકદંપતરૂ-પુરુષત્વ પ્રાપ્ત કરાવવાના ઉપાયો. ૦-૬-	
બ્રહ્મચર્ય—કેમ પાળી શકાય તેની સમજણ. ૦-૪-	
આરોગ્ય અને આચારોની એકવાક્યતા. ૦-૨-	
સાસરે જતી પુત્રીને માની શિખામણ. ૦-૧-	
ખાનપાન ભાગ ૧-૨-ખોરાક કેમ, ક્યારે, કેવો કેટલો લેવો. ૨-૦-	
જ્યરચિકિત્સા—તાવના દરેક પ્રકારો અને ઇલાજો. ૨-૦-	
આંખના સામાન્ય રોગો—દર્દોની સમજણ, સારવાર. ૧-૪-	
અનુભૂત ચિકિત્સાપદ્ધતિ—અનુભવસિદ્ધ ઉપાયો. ૧-૮-	
ક્ષયચિકિત્સા—ક્ષયવિષે તમામ માહિતી આપનાર પુસ્તક. ૧-૮-	
પુરુષત્વ સંરક્ષણ—વર્તમાનપત્રોએ વખાણેલું અમત્યનું. ૧-૮-	
મેલેરીયા તાવો—ટાટીયાતાવની જાતો, અટકાવવાના ઉપાયો. ૦-૧૨	
આરોગ્ય રહેવાના ઉપાય—નવી આશ્ચિતિ બહાર પડી છે. ૦-૨-	
ક્ષયરોગ નિવારણ—કારણ, લક્ષણ, ઉપાયો. ૧-૮-	

મળવાનાં ડોકાણાં—

ગુજરાત આયુર્વેદિક કાર્પસી, અમદાવાદ, મુંબાઈ, મું



